

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Факультет психології

Кафедра соціальної роботи

ОРГАНІЗАЦІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ОДИНОКИМИ ЛЮДЬМИ  
ПОХИЛОГО ВІКУ У ТЕРИТОРІАЛЬНИХ ЦЕНТРАХ СОЦІАЛЬНОГО  
ОБСЛУГОВУВАННЯ

Кваліфікаційна робота

231 Соціальна робота

Освітньо-наукова програма «Соціальна робота»

здобувача освіти 2 курсу,

денної форми навчання

ОС «Магістр»

Ольга КВАЧ

Науковий керівник:

доктор психологічних наук, професор

Антоніна Львовичка

Допущено до захисту на ЕК №6

Протокол засідання кафедри № \_\_\_\_\_

від \_\_\_\_\_ травня 2024 року

завідувачка кафедри соціальної роботи

\_\_\_\_\_ Леся Люта

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПОНЯТТЯ ОДИНОКОСТІ.....	7
1.1 Визначення та розуміння поняття «одинокість» у різних наукових дослідженнях.....	7
1.2 Види та причини виникнення самотності у похилому віці.....	12
1.3 Психологічні характеристики самотності особистості .....	17
1.4 Особливості соціального обслуговування самотніх людей похилого віку в Україні.....	20
Висновки до розділу 1 .....	24
РОЗДІЛ 2. ОДИНОКІСТЬ ЯК СОЦІАЛЬНА ПРОБЛЕМА .....	26
2.1 Завдання, функції та структура територіальних центрів соціального обслуговування .....	26
2.2 Інструментарій та технологія діагностики самотності людей похилого віку.....	30
2.3 Оцінка факторів самотності у похилому віці .....	33
Висновки до розділу 2.....	58
РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ ВДОСКОНАЛЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ОДИНОКИМИ ЛЮДЬМИ ПОХИЛОГО ВІКУ В ТЕРИТОРІАЛЬНИХ ЦЕНТРАХ СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ .....	61
3.1 Стан та проблеми надання соціальних послуг самотнім людям похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування.....	61
3.2 Програма щодо вдосконалення соціальної роботи з самотніми людьми похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування.....	66
3.3 Апробація рекомендацій на базі територіального центру соціального обслуговування .....	74
Висновки до розділу 3 .....	78
ВИСНОВКИ.....	81
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	85
Додаток А.....	90

## ВСТУП

Актуальність теми. Гармонізація взаємовідносин особистості та суспільства є однією із основних завдань сучасної соціальної роботи. Існує ряд соціальних проблем, що привертають увагу вчених, громадськості, практиків соціальної роботи, однією з яких є феномен самотності. В Україні за даними Держстату станом на 2021 рік проживало понад 7 мільйонів осіб віком 65 років і старше, що становить 17,1% від загальної чисельності населення. З них, за експертними оцінками, близько третини відчувають самотність та соціальну ізоляцію. Особливо гостро ця проблема стоїть для категорії самотніх літніх людей, які втратили родинні та соціальні зв'язки.

В умовах старіння населення самотність людей похилого віку стає масштабною соціальною проблемою в Україні, що вимагає комплексного вирішення. Літні люди нерідко втрачають орієнтацію у сучасному соціокультурному просторі, не можуть підтримувати соціальні контакти, значна частина людей похилого віку виявляє «звикання» до свого відокремленого становища у суспільстві, що має негативні наслідки для їхнього фізичного та психологічного здоров'я. Реформування системи соціальної підтримки кардинально змінює умови життєдіяльності літніх людей, що вимагає їх адаптації до нових реалій та пошуку нових стратегій поведінки.

Ключову роль у наданні соціальної підтримки та послуг самотнім літнім людям відіграють територіальні центри соціального обслуговування. Саме на ці заклади покладається основний тягар по організації догляду, наданню побутової, психологічної, юридичної допомоги, сприянню соціалізації та інтеграції літніх людей у суспільство. Однак в сучасних умовах територіальні центри стикаються з рядом проблем кадрового, фінансового, методичного характеру, які знижують ефективність їх діяльності. Тому актуальним завданням є пошук шляхів вдосконалення організації соціального обслуговування самотніх літніх людей в територіальних центрах з урахуванням їхніх потреб та сучасних підходів.

Аспекти даної проблеми вивчалися багатьма вченими в різних напрямках, що пов'язані з різними аспектами старіння в межах фізіології, психології, медицини, соціології (Р. Грановська, Т. Козлова, О. Краснова та ін.). Вплив старіння населення на соціально–економічний розвиток держави досліджували А. Лаффер, Г. Стендинг, Р. Лейард, Я. Корнаї, І. Чернишев та ін. В Україні питаннями зміни вікової структури населення займалися такі вчені, як О. Грішнова, Є. Лібанова, Л. Лісогор та ін. На необхідність пошуку інноваційних підходів у організації соціальної роботи з людьми похилого віку звертали свою увагу Є. Холостова, Т. Козлова, Т. Семигіна, Н. Кабаченко, Т. Коленіченко, Т. Голубенко та ін.

Значний внесок у дослідження теорії та практики діяльності територіальних центрів соціального обслуговування в Україні здійснили: М. Лукашевич, К. Ігнатенко, К. Дубич, О. Кризина, В. Скуратівський та ін. Ними розкрито сутність, основні завдання та функції територіальних центрів, проаналізовано проблеми їхнього функціонування. Водночас, недостатньо дослідженими залишаються питання вдосконалення соціальної роботи територіальних центрів саме з такою специфічною категорією отримувачів послуг, як самотні люди похилого віку.

**Мета роботи** – на основі соціологічного аналізу феномена самотності людей похилого віку дослідити особливості організації соціальної роботи з даною категорією у територіальних центрах соціального обслуговування та розробити рекомендації щодо її вдосконалення.

**Завдання дослідження:**

1. визначити поняття «самотність» у різних наукових дослідженнях;
2. описати види та причини виникнення самотності у похилому віці;
3. проаналізувати діяльність територіальних центрів соціального обслуговування та основні види послуг, які вони надають самотнім людям похилого віку;
4. дослідити психологічні характеристики самотності особистості;

5. визначити інструментарій та технологію діагностики самотності літніх людей;

6. оцінити фактори та особливості переживання самотності у похилому віці;

7. розробити рекомендації щодо вдосконалення соціальної роботи з самотними людьми похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування та описати результати їх апробації.

**Об'єктом** дослідження є соціальна робота з самотними людьми похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування.

**Предметом** дослідження є шляхи вдосконалення організації надання соціальних послуг самотним літнім людям у територіальних центрах соціального обслуговування.

Гіпотеза дослідження: переживання самотності в літньому віці має вікову динаміку і посилюється в міру збільшення віку людини. Переживання самотності у похилому віці пов'язане з такими факторами як особливості міжособистісних відносин, соціальні умови проживання, сприйняття соціальної підтримки, домінуючий психічний стан, відношення до смерті, життєві орієнтації.

Методи дослідження. У процесі дослідження застосовано комплекс теоретичних та емпіричних методів. Теоретичні – аналіз та узагальнення психолого-педагогічної літератури, синтез, порівняння, абстрагування, ранжування, екстраполяція. Емпіричні – соціально-психологічне спостереження; психологічне діагностування осіб похилого віку; аналіз документації та статистичних даних щодо роботи територіальних центрів; інтерв'ю з працівниками та підопічними територіальних центрів; тестування, кількісно-якісний аналіз емпіричних даних.

Теоретична значущість дослідження полягає у розгляді самотності як об'єктивної та суб'єктивної ситуації, що складається у взаємодії особи з соціальним середовищем, та характеризується просторово-тимчасовими («фізична» самотність), комунікативними та емоційно-духовними параметрами,

а також суб'єктивним сприйняттям та переживанням (психологічна самотність), яка може мати і негативну, і позитивну модальність.

Практична значущість дослідження полягає у розробці конкретних методичних рекомендацій щодо вдосконалення соціальної роботи з самотніми людьми похилого віку безпосередньо в умовах територіальних центрів соціального обслуговування. Отримані результати можуть бути використані у практичній діяльності цих закладів для підвищення якості соціальних послуг, що надаються самотнім літнім людям. Матеріали дослідження становлять цінність для підготовки та підвищення кваліфікації соціальних працівників.

Структура роботи. Робота складається з вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, бібліографічного списку використаних джерел, що налічує 51 найменування та 1 додаток. Загальний обсяг роботи 91 сторінка. У тексті використано 7 таблиць та 29 рисунків.

## РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПОНЯТТЯ ОДИНОКОСТІ

### 1.1 Визначення та розуміння поняття «одинокість» у різних наукових дослідженнях

Гармонізація взаємовідносин особистості та суспільства є однією із основних завдань сучасної соціальної роботи. Існує ряд соціальних проблем, що привертають увагу вчених, громадськості, практиків соціальної роботи, однією з яких є феномен самотності. Самотність у суспільстві має різні форми прояви, як і масштаби – тенденцію до збільшення.

Науковий та практичний інтерес до вивчення феномену самотності, що охоплює найрізноманітніші соціальні верстви суспільства, зріс за останні роки, незважаючи на те, що він, як і раніше, переважно розглядається з погляду психологічних теорій, ніж соціологічних.

Вивченням проблеми самотності займалися зарубіжні психологи як Е. Фромм, К. Хорні, В. Франклом, Ж. П. Сартром, А. Камю, А. К'єркегором, К. Ясперсом та багато інших. Кожен із цих дослідників мали різні думки щодо феномена самотності. Ідеї філософів, які вивчали цю проблему в ХХ столітті, послужили основою для подальших соціальних та психологічних визначень феномену самотності.

Серед західних вчених у ХХ столітті в галузі вивчення суті усвідомлення людських взаємовідносин провідну позицію займала концепція індивідуалізму, суть якої полягала у «замкнутості як крайній формі взаємного відчуження людей». Замкнутість однієї особи людини призводила до руйнації мережі у соціумі [6,с.103].

Варто підкреслити, що перебування у стані постійної самотності може бути викликано аномією. На думку французького соціолога, філософа Е. Дюркгейма аномію можна визначити «як стан соціуму, при якому наступають

розкладання, дезінтеграція та розпад системи і моральних цінностей, є гарантією громадського порядку».

Отже, можна підкреслити, що вивчення феномену самотності вчені розглядали з філософської, релігійної, соціальної та психологічної сторони.

Філософська сторона вивчення феномена самотності ґрунтувалася на власних принципах світогляду. Так, на початку ХХ століття рух протестантської самотності послужили приводом для зародження концепції трансценденталізму. Важливим представником трансценденталізму став американський філософ і письменник, відомий мислитель-натураліст Генрі Торо, котрий вважав, що самотність – це найважливіший і перший крок до вищої форми усамітнення.

Іншу думку щодо проблеми самотності мав датський теолог, філософ та письменник Серен К'єркегор, який песимістично розцінював долю людини. Він вважав, що самотність є замкнене коло усередині самосвідомості особистості людини. На думку С. К'єркегора, тільки Бог міг розірвати це замкнене коло і врятувати людину від самотності [50,с.31].

У ХХ столітті самотність вважалася неминучим способом існування особистості людини. Також більшість гуманістів визнавали проблему самотності не властивою особистості людини.

На думку знаменитого німецького соціолога, філософа, соціального психолога Еріха Фромма ізоляція від суспільства людини згубна для її психічного здоров'я. У книзі «Втеча від самотності» він пише про те, що людина усвідомлюючи, що вона перебуває в стані самотності і не маючи можливості соціального контакту, який міг би дати їй емоцій, відчуває страх перед Самотністю. Е. Фромм вважає, що самотність також згубно впливає на людину як і голод [56,с.48].

К. Фромм виділяє такі соціальні потреби, які зумовлюють неприйняття самотності: «потреба у спілкуванні»; «потреба у зв'язках із людьми»; «потреба самоствердження»; «потреба прихильності»; «потреба в об'єкті поклоніння».

Проблема саодинокоеті як соціальне явище в Україні недостатньо осмислена, оскільки складність вирішення цієї проблеми пов'язана з суперечливістю природи саодинокоеті, її багатфакторною обумовленістю як соціального явища та складністю виміру. Крім цього у соціальному знанні не існує досить розроблених методик виявлення саодиноких громадян.

Перш ніж перейти до виявлення соціальної сутності феномена саодинокоеті, необхідно розкрити сутність поняття «саодинокість», систематизувати передумови та фактори, що зумовлюють поширення та масштаб саодинокоеті в соціумі.

Як зазначають дослідники, внаслідок суперечливості та складності самої природи саодинокоеті дане поняття залишається одним із найменш розроблених соціальних понять.

На думку Т. Довбій, ця суперечливість впливає із самої сутності людського буття, оскільки людина, з одного боку, – це індивідуальна особистість, яка відчуває потребу в автономії та індивідуалізації, а з іншого сторони – істота суспільна, яка відчуває потребу у єднанні з іншими людьми [9,с.83].

О. Дем'яненко зазначає, що саодинокість – це складний феномен, оскільки включає безліч форм, кожна з яких переживається людиною по-різному [11,с.200].

Під саодинокістю розуміється стан, який є переживанням «розірваності» відносин зі світом, стан індивіда, який відчуває себе ізольованим від навколишнього світу [1,с.6].

У розумінні «саодинокоеті» як стану виділяють два аспекти: по-перше, як суб'єктивний стан, пов'язаний з почуттями туги, неповноцінності, покинутості, незрозумілості та в основі даних почуттів лежить депривація, тобто нестача довіри, розуміння; по-друге, як об'єктивний стан вимушеної фізичної чи соціальної ізоляції, тобто стан виключення із спілкування з людьми або з якимись соціально значимими категоріями людей [29,с.86].

Як вказує М. Мовчан, відчуття самотності може виступати як один із індикаторів неінтегрованості, неадаптивності людини до соціального світу [30].

Соціальну самотність В. Сіляєва визначає як «відсутність доступного кола спілкування та задоволення соціальних зв'язків. Почуття вигнання, неприйняття є основними формами його вираження. Такий тип самотності болісний і супроводжується різноманітними негативними емоціями – відчуттям нудьги, смутку, туги, відчаю, пригніченості, жалю до себе, знедоленості, неповноцінності тощо» [41,с.34].

Більшою мірою, у розглянутих роботах були описані проблеми саме людей похилого віку, які відчувають дане почуття. Насамперед варто розібратися, де витoki цієї проблеми та які причини, життєві обставини можуть вплинути на її виникнення. Взагалі старість як період життя людей вбирає багато корінних проблем як біолого-медичної сфери, так і питання соціального та особистісного побуту суспільства та кожної окремої людини.

В цей період перед людьми похилого віку виникає багато проблем, оскільки люди похилого віку ставляться до категорії «маломобільного» населення та є найменш захищеною, соціально вразливою частиною суспільства. Це пов'язано, перш за все, з дефектами фізичного стану, викликаного різними захворюваннями, та зі зниженою руховою активністю. Крім цього соціальна незахищеність людей похилого віку пов'язана з наявністю психічного розладу, що формує їхнє ставлення до суспільства та ускладнює адекватний контакт з ними.

Зниження життєвого тону, що лежить в основі всіляких недуг, значною мірою пояснюється психологічним фактором – песимістичною оцінкою майбутнього, безперспективним існуванням. При цьому, чим глибший самоаналіз, тим складніше і болючіше психічна перебудова. Психічні проблеми виникають при розриві звичного способу життя та спілкування у зв'язку з виходом на пенсію, також внаслідок втрати чоловіка, при загостренні характерологічних особливостей у результаті розвитку склеротичного процесу. Психіка літніх та старих людей відрізняється дратівливістю, уразливістю, що

ведуть часом до самогубства, відходу з дому. Все це веде до виникнення емоційно-вольових розладів, розвитку депресії, змін поведінки, спричинених припиненням або обмеженням трудової діяльності, переглядів ціннісних орієнтирів, самого способу життя та спілкування, а також виникнення різних труднощів, як у соціально-побутової, так і в психологічній адаптації до нових умов [42,с.26].

Важливою соціальною проблемою людей похилого віку є поступове руйнування традиційних сімейних засад, що призводить до того, що старше покоління не займає почесне чільне становище у ній. Частіше люди похилого віку живуть окремо від сімей і тому їм буває не під силу справлятися зі своїми нездужаннями та самотністю, і якщо раніше основна відповідальність за літніх людей лежала на сім'ї, то зараз її все частіше беруть державні та місцеві органи, установи соціального захисту. Люди похилого віку, перш за все, самотні, але треба пам'ятати, що допомога потрібна не тільки людині похилого віку, але і її сім'ї [15,с.118].

Сьогодні кожен п'ятий житель України – пенсіонер за віком. Практично у всіх сім'ях хоча б один із членів сім'ї – літня людина. Проблеми людей третього покоління вважатимуться загальними. Літні люди потребують підвищеної уваги суспільства та держави, являючи собою специфічний об'єкт соціальної роботи. Тому стає очевидним, що проблема самотності людей похилого віку має загальнодержавне значення.

Отже, сьогодні самотність стає реалією сучасного життя, вона впливає на фізичне, психічне та соціальне самопочуття окремої людини і прямо чи опосередковано зачіпає суспільство загалом. Від соціальної ізоляції страждають не лише люди похилого віку, а й представники інших соціально-демографічних груп, тому пошук засобів та методів вирішення проблеми соціальної самотності повинен здійснюватися не лише на рівні соціальних служб та організацій, а й всього суспільства.

## 1.2 Види та причини виникнення самотності у похилому віці

Старіння – більшою мірою соціальний, ніж біологічний процес, неоднаковий для різних епох та культур, для представника різних соціальних верств та груп [14,с.11].

Від самотності, як і від старості, люди не змогли знайти панацеї. Старіння є закономірним процесом і одним із етапів життєвого шляху людини. Тому в суспільстві виник запит на вивчення недосяжних відповідей на вічні питання. Соціальна геронтологія виникла на стику соціології та геронтології в ХХ столітті під впливом необхідності теоретичного та емпіричного дослідження старості як певного життєвого етапу у суспільстві. Відповідно до документів ООН та Міжнародної організації праці (МОП) літніми вважаються особи віком 60 років і старше. Саме цими даними, як правило, керуються на практиці, хоча вік виходу на пенсію у більшості розвинених країн – 65 років (в Україні – 65 та 60 років відповідно для чоловіків та жінок).

Тепер уточнимо індикатори, на основі яких у соціологічній літературі розкривається поняття «самотна людина похилого віку», спробуємо сконструювати категорію «самотна людина».

Застосовуючи висунутий Г. Зіммеlem спосіб конструювання категорії «бідні» до побудови категорії «самотна людина», можна запропонувати характерні ознаки, через які можна віднести людей до цієї соціальної групи.

Ця група людей об'єднується за допомогою колективної установки, яку інші члени суспільства визнають як відмінну характеристику щодо цієї групи.

Самотна людина як соціальна категорія – це не лише ті, хто страждає лише від дефіциту міжособистісного спілкування чи відчувається неповноцінним, але й ті, хто отримує допомогу державну або має її отримувати, але не скористався цією можливістю; має низький рівень соціальної ідентичності (криза ідентичності), міжособистісної довіри, менш адаптований до умов суспільства, низького рівня задоволеності своїм життям [12,с.47].

Відносини між групою населення, що визначається категорією «одинокі», та рештою населення носить часто негативний відтінок і виявляється у формі соціальної ексклюзивності, соціальної дискваліфікації чи неприйняття (у крайніх випадках відторгненням) групою. В аспекті залежності від служб соціальної допомоги категорія «одинокі людина» для суспільства представляє певну категорію, оскільки вона інституалізована структурами, створеними для надання соціальної та психологічної допомоги цієї категорії, саме державними установами [34,с.80].

Які ж причини та фактори, що впливають на поширення масштабів самотності у соціумі?

Отже, можна згрупувати причини самотності в такий спосіб:

1. Причини, що походять від самої особистості. У свою чергу, дана група причин ділиться на дві підгрупи: усвідомлене та цілеспрямоване прагнення людини до самотності; тенденція до самотності, обумовлена наявністю певних характеристик характеру, що ускладнюють комунікацію та підтримку близьких відносин з людьми.

2. Причини, що походять від інших людей (ігнорування, уникнення, насильницьке ув'язнення та ін.).

3. Причини, що випливають із збігу обставин (об'єктивна ізоляція, не залежить ні від самої особистості, ні від дій інших людей) [2,с.72].

До соціальних причин відчуження відносять:

- дуже швидку урбанізацію, що породила соціальну та расову сегрегацію;

- значну дистанцію між поколіннями;

- культ насильства у засобах масової інформації;

- зміну звичного середовища, викликаного професійною мобільністю;

- нерівність у доходах та доступі до медичного обслуговування та освіти.

Необхідно наголосити, що не існує однієї причини, яка призводить до самотності, тільки в сукупності та одночасному впливі багатьох обставин і за певних умов набуває поширення самотність.

Як зазначає О. Березіна, у дослідженні факторів, пов'язаних з самотністю, існують два напрями [1,с.7]:

1. Ситуативні фактори: ситуації, за яких виникає ймовірність самотності особисті обставини розлучених та овдовілих, ситуація спілкування у людей, які перебувають у лікарні або змінили нещодавно місце проживання.

2. Характерологічні чинники: характер особистості (зосередженість своєму внутрішньому світі, сором'язливість), низька самооцінка і т.д.

Деякі дослідники виділяють також додаткові фактори: фізичний розвиток, сімейні умови (наприклад, втрата довіри до батьків) [9,с.84].

У науковій літературі виділяють різні види самотності залежно від критерію, покладеного за основу класифікації.

Так, Н. Завацька у своїй монографії аналізує види самотності для того, щоб визначити, які ситуації взаємодії людини із соціальним оточенням можна позначити даним поняттям. Вона виходить із класифікації з трьох підстав [18,с.115]:

- за рівнями взаємодії людини з навколишнім світом. В контексті першої підстави класифікації виділяються ситуації самотності чотирьох рівнів: фізична (просторова) самотність; комунікативна самотність; емоційна самотність; духовна самотність;

- за тимчасовою протяжністю. Друга основа класифікації дозволяє говорити про епізодичну та хронічну самотність;

- за походженням (причинами, факторною структурою). Виділяються дві, в суб'єктивному сприйнятті та оцінці різновиди самотності: добровільна та вимушена.

Інша класифікація видів самотності як стану представлена наступним чином:

- відштовхувальна самотність;

- приваблива садинокість;
- вимушена садинокість;
- екзистенційна садинокість [29,с.87].

Н. Гуцуляк, Н. Курилюк-Делчева представляють наступну класифікацію садинокості залежно від типу ізоляції [6,с.105]:

- садинокість, спричинена соціальною ізоляцією – відсутність доступних до спілкування людей, здатних задовольнити потребу у спілкуванні як такому, міжособистісні контакти.

- садинокість, спричинена емоційною ізоляцією – внаслідок відсутності прихильності до конкретної людини або тоді, коли людина відокремлює свої емоції від спогадів про подію та стає нездатним до близьких стосунків з іншими людьми.

До основних форм садинокості відносять:

1. Фізична садинокість – об'єктивна ситуація, коли людина вимушена або добровільно лишається одна.

2. Душевна садинокість – в основі лежить почуття втрати, неприйняття людини іншими.

Звертаючись до виявлення причин садинокості у людей похилого віку, велика частина дослідників вважає, що вони укладені головним чином у поточному життєвому досвіді людини і кореняться або в особистості (психодинамічний, феноменологічний підходи), або в суспільстві (соціологічний підхід), або в тому та в іншому [11,с.201].

Спочатку проблема садинокості розглядалася виключно як проблема спілкування, міжособистісної взаємодії, лише в останні роки стало очевидним, що садинокість пов'язана не стільки з особливостями спілкування, а і з властивостями особистості. У рамках обговорення проблеми зв'язку садинокості з особливостями особистості можна говорити як про психологічні детермінанти садинокості, так і про вплив садинокості на особистість людини.

У літньому віці з'являється ціла низка об'єктивних факторів виникнення садинокості. До них відносяться припинення трудової діяльності, ослаблення

зв'язків з дітьми, вдовство, втрата друзів. Крім цього, нові обставини життя, з якими доводиться зіткнутися літній людині, вимагають певної адаптації, пов'язаної з переоцінкою цінностей, пошуком нових життєвих орієнтирів. Це нерідко супроводжується важкими переживаннями, які у поєднанні з об'єктивними факторами здатні призвести до виникнення почуття самотності.

У ряді робіт зазначається, що людина, яка відчуває самотність, що характеризується наявністю таких рис, як надмірне прагнення до самоствердження, одноманітність у поведінці, зосередженість на власних відчуттях, конфліктність, низька самооцінка. В свою чергу, самотність, особливо тривала, здатна надавати вплив на особистість людини, знижуючи самооцінку, змінюючи самовідношення [45,с.281].

Будучи значною характеристикою особистості, самовідношення здатне стати фактором виникнення самотності або змінитись під його впливом.

У похилому віці реальність старіння спричиняє багато причин самотності. Дорослі діти віддаляються від батьків. Вмирають старі друзі, і хоча їх можна замінити новими знайомими, думка, що ти продовжуєш своє існування, не є достатньою втіхою. Зі старістю приходять побоювання самотності. З метою найкращого пристосування до середовища, людина повинна мати і того, до кого вона особисто прив'язана, і мати багато друзів. Дефіцит кожного з цих різних типів відносин може призвести або до емоційної, або до соціальної самотності.

Літні люди, що живуть самотньо, все-таки частіше скаржаться на почуття самотності, ніж ті, хто живе разом із родичами. Самотніми зазвичай є овдовілі особи, їх потреби залишаються незадоволеними, що призводить до появи загостреного почуття невдоволення усім життям. Ці люди переповнені образою на оточуючих, аж до почуття ненависті та заздрості до них.

Також, серед причин самотності та ізоляції самотніх людей похилого віку є вимушене затворництво через фізичні вади. Майже третина самотніх людей відчувають труднощі при вирішенні найпростіших гігієнічних та побутових питань. На жаль, ці люди все ще залишаються незахищеними в

соціальному плані, вони потребують підтримки своїх дітей, держави, суспільства та кожного з нас. Отже, ця категорія входить до соціально вразливої групи людей і є основним об'єктом соціального обслуговування.

Таким чином, визначимо основні причини виникнення самотності серед літніх людей:

- настає час, коли діти живуть своїм життям у власній сім'ї і дуже часто виходить так, що вони проживають за кілька сотень кілометрів;
- дедалі частіше доводиться ховати однолітків;
- з віком звужується коло інтересів. Для людей похилого віку властиві консервативні погляди на світ, на які негативно реагує молоде покоління. Через це тем для розмови та загальних захоплень стає дедалі менше, іноді взагалі пропадає бажання спілкуватися;
- змінюється характер, деякі його негативні риси посилюються, усі ці зміни можуть відштовхнути родичів;
- у літніх людей погіршується самопочуття і вони потребують постійної уваги та догляду, найчастіше вони намагаються вижити на самоті;
- вік накладає свій відбиток на фізичне та моральне здоров'я, швидкість реакції та здатність запам'ятовувати інформацію, через це пенсіонерам важко спілкуватися, а оточуючим розуміти їх.

Таким чином, дослідження підтверджує, що самотність – це завжди переживання певних соціальних ситуацій. Найбільш поширеними причинами самотності людей похилого віку є поганий стан здоров'я та самотнє проживання.

### **1.3 Психологічні характеристики самотності особистості**

У світі з кожним роком стає дедалі більше людей похилого віку. За даними ВООЗ, середня тривалість життя збільшилася майже на двадцять років, одночасно зі зниженням народжуваності, що призвело до збільшення частки людей похилого віку в загальній чисельності населення планети. Згідно з

прогнозами, до 2050 року відбудеться збільшення тривалості життя ще на десять років. Збільшення частки літніх людей у складі населення нашої країни актуалізує існуючу суперечність між побутовими, соціальними, медичними та психологічними проблемами літніх людей та можливістю отримати кваліфіковану допомогу в їх вирішенні з боку соціуму.

У суспільстві самотність людей похилого віку часто вважається нормальним і поширеним явищем. Найчастіше у повсякденній свідомості воно пов'язується з фактом фізичної ізоляції літньої людини, недостатністю контактів з іншими людьми. Тим не менш, самотність переживається і тими, хто живе зі своєю сім'єю або має досить широке коло спілкування [44,с.290].

Так чи інакше, деякі люди похилого віку переживають самотність дуже сильно, тому відповідь на питання про фактори переживання самотності стає актуальним для створення емпірично обґрунтованих програм психологічного супроводу людей похилого віку, що переживають самотність. Цілеспрямованість та ефективність психологічної допомоги може бути досягнута тільки з урахуванням можливих факторів виникнення самотності в похилому віці.

Проблема самотності є можливим джерелом стресу та причиною особистої трагедії. У старості найбільш значними виявляються такі психологічні аспекти, як ізоляція та самоізоляція, які відображають усвідомлення почуття самотності, пов'язаного з нерозумінням та байдужістю оточуючих. Найбільш гостро самотність переживає людина, яка живе досить довго. Коло спілкування у такої людини стає досить вузьким, обмеженим. Літня людина починає відчувати себе ізольованою від суспільства, оскільки все більше збільшується розрив із оточуючим соціумом.

Психологічна незадоволеність своїм нинішнім становищем часто тягне за собою досить швидке настання фізичного старіння, що іноді супроводжується психічним розладом.

Група американських психологів виділила п'ять основних життєвих позицій людей похилого віку [54].

1. «Конструктивна» позиція. Люди з такою позицією, як правило, все життя були спокійними, задоволеними та веселими. Вони зберігають ці риси і в старості. Вони радісно ставляться до життя, не впадають у відчай через смерть, що наближається. Вони активні, прагнуть допомагати іншим. Зі своєї старості та нездужань трагедії не роблять, шукають приємного дозвілля та контактів з людьми. Такі люди, швидше за все, благополучно проживають свій останній період життя.

2. «Залежна» позиція властива людям похилого віку, які все життя не дуже довіряли собі, були слабовільними, поступливими пасивними. Старіючи, вони ще з великими зусиллями шукають допомоги, визнання, а не отримуючи цього, почуваються нещасними та скривдженими.

3. «Захисна» позиція формується у людей, які як би «покриті бронєю». Вони не прагнуть зближення з людьми, не бажають отримувати від когось там не було допомогу, тримаються замкнуто, відгороджуючи людей, приховуючи свої почуття. Старість вони ненавидять, тому що вона змушує їх відмовлятися від роботи та активності.

4. Позиція «ворожості до світу». Це – «гнівні люди похилого віку», які звинувачують оточуючих і суспільство, винних, на їхню думку, у всіх поразках та невдачах, які вони зазнали у житті. Люди цього підозрілі, агресивні, нікому не вірять, не хочуть від будь-кого залежати, відчують відразу до старості, чіпляються за роботу як за рятівне коло.

5. Позиція «ворожості до себе та до свого життя». Люди з цією позицією – пасивні, без інтересів та ініціативи у старості, схильні до депресії та фаталізму. Вони почуваються самотніми та непотрібними, своє життя вважають невдалим, до смерті ставляться без страху, як до позбавлення від нещасливого існування.

Ставлення до власного старіння, як активний елемент психічного життя в пізньому віці. По суті це той принцип, якому можна розмежувати сприятливі та несприятливі форми психічного старіння. Хороше здоров'я, помірний характер вікових змін, збереження діяльного способу життя, наявність сім'ї,

матеріального достатку, так само як і минулі заслуги, нагороди та звання, не є запорукою усвідомлення старості як цікавого, повноцінного періоду життя. І наявності всього перерахованого людина на старості може вважати себе неповноцінним, обділеним, хворим, убогим і нещасним. Прийняття власного старіння є результатом активної творчої роботи з переосмислення життєвих установок і позицій, переоцінці життєвих цінностей [23,с.68].

Як було зазначено вище, самотність значною мірою є результатом дефіциту соціальних зв'язків. У свою чергу на соціальні зв'язки впливає широке коло факторів, які важливіші у пізній період життя, одним із таких факторів є здоров'я. Старі хворі та недієздатні люди вельми незадоволені своїм життям. Тобто, фізична неміч є однією з причин вимушеного самотництва, що призводить до самотності та ізоляції в старості.

Самотність – складне явище, що по-різному сприймається різними людьми. Для одного – це відчайдушна туга за втраченою любов'ю до близької людини; для іншого – минуше почуття туги через відсутність спілкування; для третього воно може бути частиною загального відчуження, почуття власної невідповідності [21,с.8].

Таким чином, самотність у старості – соціально-психологічний стан, що характеризується недостатністю чи відсутністю соціальних контактів, поведінковою відчуженістю та емоційною незадоволеністю літньої людини, характером та колом її спілкування.

#### **1.4 Особливості соціального обслуговування самотних людей похилого віку в Україні**

Соціальне обслуговування самотних людей похилого віку в Україні є важливою складовою системи соціального захисту населення і має свої особливості, обумовлені як специфікою цієї категорії отримувачів послуг, так і організаційно-правовими та фінансово-економічними умовами функціонування галузі. Основними суб'єктами, які надають соціальні послуги самотнім літнім

людям, є територіальні центри соціального обслуговування (надання соціальних послуг), що перебувають у підпорядкуванні місцевих органів влади.

Одинокі люди похилого віку є особливо вразливою категорією населення, яка потребує комплексної та систематичної підтримки з боку держави та суспільства. Внаслідок вікових змін, погіршення стану здоров'я, звуження кола спілкування та втрати соціальних зв'язків вони стикаються з цілим комплексом проблем – матеріальних, побутових, медичних, психологічних, комунікативних тощо. Самотність та соціальна ізоляція, характерні для цього віку, можуть призводити до депресивних станів, когнітивних розладів, втрати інтересу до життя. Тому соціальне обслуговування одиноких літніх людей має бути спрямоване не лише на задоволення їхніх базових потреб у харчуванні, догляді, медичній допомозі, але й на подолання наслідків самотності, інтеграцію в суспільне життя, покращення якості життя в цілому.

На жаль, в Україні соціальне обслуговування одиноких людей похилого віку характеризується недостатньою розгалуженістю та диференційованістю послуг. Територіальні центри здебільшого надають базові соціально-побутові послуги (доставка продуктів харчування та ліків, допомога в оплаті комунальних послуг, прибирання житла тощо), а також організують дозвілля та спілкування підопічних. Однак спектр послуг часто обмежений стандартним переліком і не повною мірою враховує індивідуальні потреби та запити отримувачів. Бракує розвинених послуг з медичного патронажу, реабілітації, психологічної підтримки, організації змістовного дозвілля, сприяння зайнятості та самореалізації літніх людей. Соціальні послуги не завжди орієнтовані на розвиток самостійності та активності одиноких підопічних, переважає патерналістський підхід.

Серйозною проблемою у сфері соціального обслуговування одиноких людей похилого віку в Україні є обмеженість ресурсів – кадрових, фінансових, матеріально-технічних. Соціальні працівники територіальних центрів мають велике робоче навантаження, недостатньо високу оплату праці, що призводить до професійного вигорання та плинності кадрів. Бракує спеціалістів з

вузькопрофільною підготовкою – геронтологів, геріатрів, психологів. Фінансування діяльності центрів з місцевих бюджетів часто є обмеженим і не дозволяє повною мірою забезпечити потреби отримувачів послуг, впроваджувати інноваційні форми роботи. Матеріально-технічна база багатьох закладів є застарілою та потребує оновлення й модернізації.

Слід відзначити, що в Україні недостатньо розвинені альтернативні державним форми надання соціальних послуг самотнім літнім людям. Недержавний сектор (громадські, благодійні, релігійні організації) лише починає розвиватися в цій сфері, його потенціал використовується фрагментарно. Волонтерський рух, який у багатьох країнах світу відіграє важливу роль у підтримці літніх людей, в Україні також не набув значного поширення. Тому основний тягар з обслуговування цієї категорії лягає саме на територіальні центри соціального обслуговування, що не дозволяє повною мірою задовольнити наявні потреби.

Важливою особливістю соціального обслуговування самотніх людей похилого віку в нашій державі є недостатній рівень розуміння їхніх проблем та потреб у суспільстві, негативні стереотипи та упередження щодо старості. Літні люди часто сприймаються як тягар, а не як повноцінні члени громади, що володіють унікальним життєвим досвідом і потребують поваги та підтримки. Тому важливим завданням є формування позитивного ставлення до старіння та людей похилого віку, подолання ейджизму на всіх рівнях, залучення широкої громадськості до волонтерської діяльності та допомоги літнім людям.

В умовах прогресуючого старіння населення та збільшення кількості самотніх літніх людей система соціального обслуговування в Україні потребує трансформації та адаптації до нових демографічних викликів. Необхідний перехід від традиційної патерналістської моделі до розвитку самотійності, активності та участі отримувачів послуг, впровадження інноваційних форм роботи з літніми людьми (університети третього віку, програми взаємодії між поколіннями, центри дозвілля тощо). Важливо використовувати потенціал самих літніх людей, залучати їх до волонтерської діяльності, передачі досвіду

молодшим поколінням. Необхідно також розвивати соціальне підприємництво у сфері догляду за літніми людьми, впроваджувати нові форми зайнятості для цієї категорії.

Підвищення якості та доступності соціальних послуг для саодиноких людей похилого віку вимагає вдосконалення нормативно-правової бази, механізмів фінансування, стандартів надання послуг. Важливо забезпечити перехід до адресної допомоги, індивідуального підходу в оцінці потреб кожного отримувача послуг. Необхідно також розвивати міжвідомчу взаємодію у сфері соціального обслуговування, налагоджувати співпрацю територіальних центрів з закладами охорони здоров'я, освіти, культури, залучати представників бізнесу та недержавних організацій до надання соціальних послуг літнім людям.

Особливої уваги потребує підготовка та підвищення кваліфікації фахівців, які працюють з саодинокими людьми похилого віку. Необхідно впроваджувати спеціальні геронтологічні освітні програми, розвивати систему супервізії та профілактики професійного вигорання соціальних працівників. Важливо підвищувати престиж професії, забезпечувати гідну оплату праці та належні умови роботи фахівців галузі.

Таким чином, соціальне обслуговування саодиноких людей похилого віку в Україні має низку особливостей, обумовлених як специфікою цільової групи, так і станом розвитку системи надання соціальних послуг. Для підвищення ефективності та адресності обслуговування необхідно розширювати спектр послуг, впроваджувати індивідуальний підхід, зміцнювати ресурсну базу територіальних центрів, розвивати альтернативні форми надання допомоги із залученням недержавних організацій та волонтерів. Важливо формувати позитивне ставлення до людей похилого віку в суспільстві, розвивати соціальне партнерство та міжсекторну взаємодію у сфері надання послуг літнім людям. Лише комплексний підхід, оснований на врахуванні кращого міжнародного досвіду та адаптації до українських реалій, дозволить забезпечити гідну якість життя саодиноких літніх людей та їх максимальну інтеграцію в суспільне життя. Розвиток системи соціального обслуговування літніх людей має стати одним із

пріоритетів державної соціальної політики в умовах старіння населення та загострення проблем самотньої старості.

## **Висновки до розділу 1**

У першому розділі дипломної роботи було здійснено теоретичний аналіз поняття самотності та особливостей її прояву у людей похилого віку. Розглянуто різні підходи до визначення самотності в науковій літературі, описано види та причини виникнення самотності в пізньому віці, психологічні характеристики переживання цього стану літніми людьми. Окрему увагу приділено особливостям соціального обслуговування самотніх людей похилого віку в Україні.

Аналіз наукових джерел засвідчив, що в дослідженнях з соціології пізнього віку, психології розвитку, соціальної роботи та соціального захисту самотність, поряд із психологічним дискомфортом, депресією та хронічними захворюваннями, часто розглядається як «невід'ємний атрибут» пізнього періоду життя. Водночас, трактування феномену самотності в літературі досить різноманітні: як усвідомлена депривація соціальних контактів; як дефіцит значущих взаємин або небажання ділитися з іншими своїм досвідом; як невідповідність реальних та бажаних соціальних зв'язків; як болісне переживання соціальної ізоляції тощо.

Встановлено, що самотність у похилому віці має свою специфіку і обумовлена комплексом чинників – віковими змінами, погіршенням здоров'я, звуженням соціальних контактів, втратою близьких, зміною соціального статусу. Виділено різні види самотності літніх людей - соціальну, комунікативну, емоційну, екзистенційну. Показано, що переживання самотності в старості має негативні наслідки для психологічного благополуччя та якості життя людини.

Розкрито психологічні особливості самотності в пізньому віці - загострення рис особистості, ригідність поведінки, занурення у спогади,

прагнення до усамітнення тощо. Відзначено, що адаптація до самотності та її подолання вимагають від літньої людини значних особистісних ресурсів та підтримки оточення.

Особливу увагу приділено аналізу системи соціального обслуговування самотніх людей похилого віку в Україні. Відзначено роль територіальних центрів соціального обслуговування як основних суб'єктів надання соціальних послуг цій категорії громадян. Водночас, виявлено низку проблем у діяльності цих закладів - обмеженість спектру послуг, недостатню орієнтацію на індивідуальні потреби, дефіцит ресурсів, домінування патерналістського підходу тощо. Наголошено на необхідності трансформації системи соціального обслуговування літніх людей в умовах старіння населення.

Проведений теоретичний аналіз дозволяє зробити висновок, що феномен самотності має відношення не лише до екзистенційного буття особистості, а й до культурно-історичної динаміки суспільства. Смысловий простір поняття «самотність» постійно розвивається і збагачується разом із загальнолюдським освоєнням об'єктивної та суб'єктивної реальності. У сучасному світі самотність усвідомлюється не просто як індивідуальне явище, а як загальний факт людського існування, що вимагає осмислення та пошуку шляхів подолання на особистісному та суспільному рівнях.

Отже, теоретичний аналіз проблеми самотності людей похилого віку засвідчив її комплексний міждисциплінарний характер та соціальну значущість. Виявлені особливості переживання самотності в пізньому віці та проблеми організації соціального обслуговування цієї категорії громадян в Україні обумовлюють необхідність проведення емпіричного дослідження для пошуку шляхів вдосконалення соціальної роботи з самотніми літніми людьми.

## **РОЗДІЛ 2. ОДИНОКІСТЬ ЯК СОЦІАЛЬНА ПРОБЛЕМА**

### **2.1 Завдання, функції та структура територіальних центрів соціального обслуговування**

Територіальні центри соціального обслуговування (надання соціальних послуг) є спеціальними закладами, які забезпечують надання соціальних послуг та здійснюють соціальну роботу з особами, які перебувають у складних життєвих обставинах і потребують сторонньої допомоги. Діяльність цих установ регламентується Типовим положенням про територіальний центр соціального обслуговування (надання соціальних послуг), затвердженим наказом Міністерства соціальної політики України.

Основною метою діяльності територіальних центрів є надання соціальних послуг громадянам, які перебувають у складних життєвих обставинах і потребують сторонньої допомоги, за місцем проживання, в умовах стаціонарного, тимчасового або денного перебування. Серед отримувачів послуг значну частку становлять саме одинокі люди похилого віку, які внаслідок віку, стану здоров'я, соціального статусу та інших чинників потребують різнобічної підтримки.

Завдання територіальних центрів соціального обслуговування досить широкі та різноманітні. Вони включають:

- виявлення та ведення обліку одиноких непрацездатних громадян, які потребують соціальної допомоги вдома, в стаціонарних інтернатних установах та в установах тимчасового перебування;
- встановлення зв'язків з підприємствами, установами та організаціями всіх форм власності, фізичними особами, родичами громадян, яких обслуговує Центр, з метою сприяння в наданні соціальних послуг громадянам;

- організацію надання адресної соціальної допомоги та послуг самотнім непрацездатним громадянам для підтримання їхньої життєдіяльності і соціальної активності;
- надання різноманітних соціально-побутових послуг (придбання та доставка продовольчих, промислових та господарських товарів, приготування їжі, годування, прання, прибирання житла, дрібний ремонт одягу тощо);
- забезпечення медико-соціального обслуговування (виклик лікаря, придбання та доставка медикаментів, надання першої долікарської допомоги, профілактичні заходи, госпіталізація та супровід до лікарні за потреби);
- здійснення соціально-психологічної підтримки (вслуховування, підбадьорювання, мотивація до активності, психологічна діагностика та корекція, консультування, організація зустрічей та спілкування зі значущими людьми тощо);
- організацію юридичних та інформаційних послуг (консультування з правових питань, допомога в оформленні документів, ознайомлення з новинами та актуальною інформацією);
- забезпечення соціально-педагогічних послуг (навчання навичкам самообслуговування, розвиток творчих здібностей, залучення до активного дозвілля та ін.);
- сприяння наданню натуральної та грошової допомоги, а також допомоги у вигляді одягу та взуття;
- організацію клубів за інтересами для осіб похилого віку, залучення їх до участі у культурно-масових заходах, святкуваннях;
- налагодження взаємодії з іншими закладами соціального спрямування, медичними установами, органами місцевої влади для забезпечення комплексності допомоги.

Для реалізації цих завдань у структурі територіальних центрів функціонують різні підрозділи та відділення.

Відділення соціальної допомоги вдома забезпечує виявлення самотніх непрацездатних громадян, які потребують соціального обслуговування, та

надання їм соціально-побутових, медико-соціальних та інших послуг за місцем проживання.

Відділення організації надання адресної натуральної та грошової допомоги здійснює прийом документів та призначення різних видів соціальної допомоги за рахунок державних та місцевих бюджетів, а також залучених коштів підприємств, установ, організацій, фізичних осіб.

Відділення денного перебування організовує надання соціально-побутових, культурно-дозвіллевих, оздоровчих та інших послуг громадянам похилого віку в умовах денного перебування в Центрі. Метою діяльності відділення є підтримка фізичної та психічної активності, запобігання самотності літніх людей.

Стаціонарне відділення для постійного або тимчасового проживання забезпечує цілодобове проживання, харчування, комплексне соціально-побутове, медичне, культурне обслуговування осіб похилого віку, які за станом здоров'я потребують стороннього догляду.

Важливу роль відіграє також Університет третього віку – інноваційний підрозділ територіального центру, який забезпечує соціальну інтеграцію та адаптацію людей старшого віку, реалізацію їх інтелектуального та творчого потенціалу. В Університеті діють різні факультети (комп'ютерний, мовний, мистецький, оздоровчий тощо), що дозволяє літнім людям оволодівати новими знаннями та навичками.

У структурі центрів можуть також створюватись інші підрозділи (пункти прокату технічних та інших засобів реабілітації, служба транспортного обслуговування, кімнати тимчасового перебування тощо), спрямовані на розширення спектру послуг та покращення якості обслуговування.

Слід відзначити, що територіальні центри виконують не лише обслуговуючу, але й профілактичну та розвиваючу функції. Вони організовують просвітницькі заходи для підвищення обізнаності літніх людей щодо здорового та активного способу життя, їхніх прав та можливостей,

сприяють розвитку волонтерського руху та залученню літніх людей до суспільно корисної діяльності.

Для забезпечення ефективності та адресності соціальних послуг територіальні центри здійснюють оцінку індивідуальних потреб кожного отримувача, складають індивідуальні плани надання соціальних послуг, ведуть облік та моніторинг їх виконання. Вони також тісно співпрацюють з органами місцевої влади, закладами охорони здоров'я, громадськими організаціями для забезпечення комплексної допомоги літнім людям.

Важливою особливістю діяльності територіальних центрів є застосування принципу мультидисциплінарності. Для надання якісних послуг вони формують мультидисциплінарну команду фахівців - соціальних працівників, соціальних робітників, медичних сестер, психологів, юристів та інших спеціалістів. Це дозволяє враховувати всі аспекти життєвої ситуації літньої людини та надавати їй всебічну підтримку.

Територіальні центри також впроваджують інноваційні форми та методи надання соціальних послуг з урахуванням кращого вітчизняного та зарубіжного досвіду. Це стосується, зокрема, організації денного догляду за літніми людьми з деменцією, впровадження програм «Сімейний патронат», «Наставництво», телефону довіри, груп самопомоги тощо.

Таким чином, територіальні центри соціального обслуговування є ключовими суб'єктами надання соціальних послуг самотнім людям похилого віку за місцем проживання. Завдяки широкому спектру завдань та функцій, розгалуженій структурі та застосуванню інноваційних підходів вони забезпечують комплексну підтримку літніх людей, сприяють подоланню соціальної ізоляції, інтеграції в суспільство. Водночас, в умовах старіння населення та зростання потреб літніх людей територіальні центри потребують модернізації, зміцнення матеріально-технічної бази, розширення переліку послуг, впровадження сучасних стандартів якості. Лише за таких умов вони зможуть повною мірою реалізувати свій потенціал як осередки надання соціальної допомоги літнім людям у громаді.

## 2.2 Інструментарій та технологія діагностики самотності людей похилого віку

На першому етапі дослідження було проведено анкетування з метою виявлення комплексу причин виникнення соціально-психологічної самотності у людей похилого віку. Анкета складалася з 15 питань, які стосувалися різних аспектів життя респондентів – сімейного стану, умов проживання, стану здоров'я, особливостей спілкування та дозвілля, суб'єктивного сприйняття самотності тощо.

Аналіз результатів анкетування засвідчив, що основними причинами самотності літніх людей є: втрата близьких (чоловіка/дружини, друзів), проживання окремо від дітей та онуків, погіршення здоров'я та зниження мобільності, звуження кола спілкування, відсутність змістовного дозвілля. Більшість респондентів (68%) зазначили, що відчують самотність часто або постійно. При цьому жінки виявилися більш схильними до переживання цього стану, ніж чоловіки.

На другому етапі було проведено фокус-групу з метою поглибленого вивчення найбільш значущих для літніх людей причин соціально-психологічної самотності. У фокус-групі взяли участь 10 осіб (6 жінок та 4 чоловіки) віком від 65 до 82 років. Обговорення тривало близько 2 годин та стосувалося таких тем, як зміни у житті після виходу на пенсію, стосунки з родичами, друзями, сусідами, проблеми зі здоров'ям, організація вільного часу, ставлення до самотності тощо.

За результатами фокус-групи було встановлено, що найбільш болісно літніми людьми переживається відсутність емоційної близькості та підтримки з боку рідних. Учасники відзначали, що діти та онуки, зайняті власними справами, приділяють їм недостатньо уваги, рідко телефонують та навідують. Багато літніх людей почуваються «тягарем» для своїх сімей. Інша важлива причина самотності – брак живого спілкування, звуження кола друзів внаслідок

їхньої смерті або неможливості підтримувати активні контакти через проблеми зі здоров'ям. Літні люди гостро відчувають дефіцит спілкування за інтересами, часто не знають, чим себе зайняти.

Третій етап дослідження передбачав емпіричне вивчення феноменології соціально-психологічної самотності з використанням методики діагностики суб'єктивного відчуття самотності Д. Рассела та М. Фергюсон. Ця методика містить 20 тверджень, які характеризують різні аспекти переживання самотності. Респонденти мають оцінити, наскільки часто вони відчувають подібні стани, за чотирибальною шкалою (від «ніколи» до «часто»). Підсумкова кількість балів дозволяє визначити рівень суб'єктивного відчуття самотності (високий, середній, низький).

За результатами тестування встановлено, що 54% досліджуваних мають високий рівень суб'єктивного відчуття самотності, 32% – середній, і лише 14% – низький рівень. Це свідчить про гостроту проблеми самотності для переважної більшості літніх людей. При цьому з віком частота та інтенсивність переживання самотності зростають. Так, серед респондентів старше 75 років високий рівень самотності виявлено у 72% осіб, тоді як серед 61-75-річних – у 48%.

Якісний аналіз відповідей засвідчив, що для літніх людей найбільш характерні такі прояви самотності, як почуття непотрібності, безпорадності, занедбаності, туга за спілкуванням та емоційною близькістю. Багато респондентів відзначали, що немає нікого, з ким би вони могли поговорити про свої переживання, поділитися радіщами і турботами. Водночас, деякі літні люди вказували на потребу в усамітненні, неготовність впускати когось у свій внутрішній світ.

Важливо враховувати і культурний контекст – у суспільствах з міцними сімейними зв'язками та традиціями підтримки між поколіннями (що характерно для України) рівень самотності людей похилого віку є нижчим, ніж у індивідуалістичних західних культурах.

Слід відзначити і певні обмеження проведеного дослідження, зокрема невеликий обсяг вибірки та її локальність (охоплення лише клієнтів одного територіального центру), використання обмеженого кола методик. Для отримання більш репрезентативних та достовірних даних необхідні масштабніші дослідження з використанням комплексу валідних психодіагностичних методик.

Разом з тим, проведене опитування дозволило виявити основні причини та особливості переживання соціально-психологічної самотності у похилому віці, глибше зрозуміти її феноменологію. Отримані результати можуть бути використані для вдосконалення діяльності територіальних центрів соціального обслуговування, розробки цільових програм та заходів щодо профілактики та подолання самотності людей похилого віку.

Так, на основі визначених причин самотності доцільно посилити роботу територіальних центрів у напрямку налагодження контактів підопічних з родичами, запровадження програм спілкування між поколіннями, створення груп самопомоги для вдів та вдівців. Для подолання соціальної ізоляції важливо розширювати можливості для спілкування літніх людей за інтересами (клуби, гуртки, творчі студії), залучати їх до волонтерської діяльності.

Потребує посилення і психологічна підтримка літніх людей – навчання навичкам подолання негативних емоційних станів, формування позитивного ставлення до старіння та самотності, пошук нових життєвих смислів. Адже самотність – це не лише зовнішній фактор, але й внутрішня характеристика особистості, яка може бути не лише деструктивною, але й конструктивною, сприяти духовному зростанню людини.

Отже, дослідження феноменології соціально-психологічної самотності у похилому віці з використанням комплексу методів дозволило виявити її основні причини, форми прояву та інтенсивність переживання літніми людьми. Отримані результати мають практичне значення для вдосконалення соціальної роботи з даною категорією клієнтів, розробки ефективних інтервенцій, спрямованих на профілактику та подолання самотності у пізньому віці.

### 2.3 Оцінка факторів самотності у похилому віці

У літньому віці з'являється ціла низка об'єктивних факторів виникнення самотності. До них відносяться припинення трудової діяльності, ослаблення зв'язків з дітьми, вдовство, втрата друзів. Крім цього, нові обставини життя, з якими доводиться зіткнутися літній людині, вимагають певної адаптації, пов'язаної з переоцінкою цінностей, пошуком нових життєвих орієнтирів. Це нерідко супроводжується важкими переживаннями, які у поєднанні з об'єктивними факторами здатні призвести до виникнення почуття самотності.

Таким чином, на базі Територіального центру соціальної допомоги Голосіївського району м. Києва (далі Територіальний центр) було проведено анкетування, питання анкети наведені у додатку А. Проаналізуємо їх та зробимо висновки.

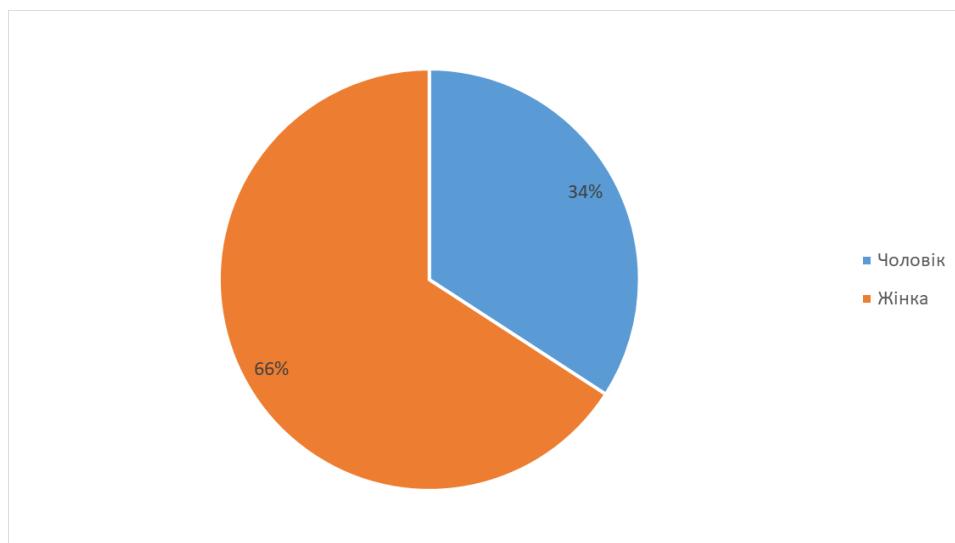


Рис.2.1. Стать респондентів, %

Відповідно рис.2.1 визначили, що більшість опитаних це жінки, вони складають 66%, а чоловіки лише 34%. У кількісному співвідношенні у експерименті прийняло участь 54 жінки та 28 чоловіків.

Наступне питання спонукало до дослідження віку людей похилого віку. Результати відповідей наведені на рис.2.2.

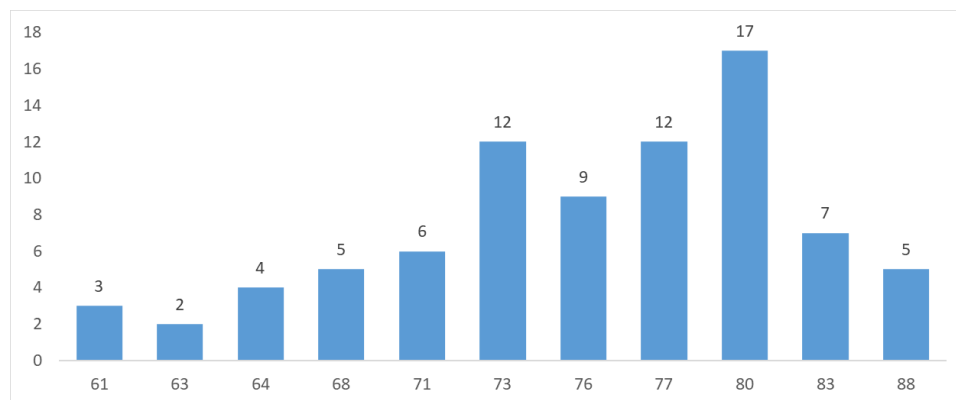


Рис.2.2. Вік людей похилого віку, осіб

Таким чином, на момент анкетування в Територіальному центрі перебувало 82 особи. Більшість осіб у віці від 70 до 88 років. Найбільше центр опікується людьми котрим за 80 років.

Наступне питання стосувалось сімейного стану респондентів. Результати опитування наведені на рис.2.3.

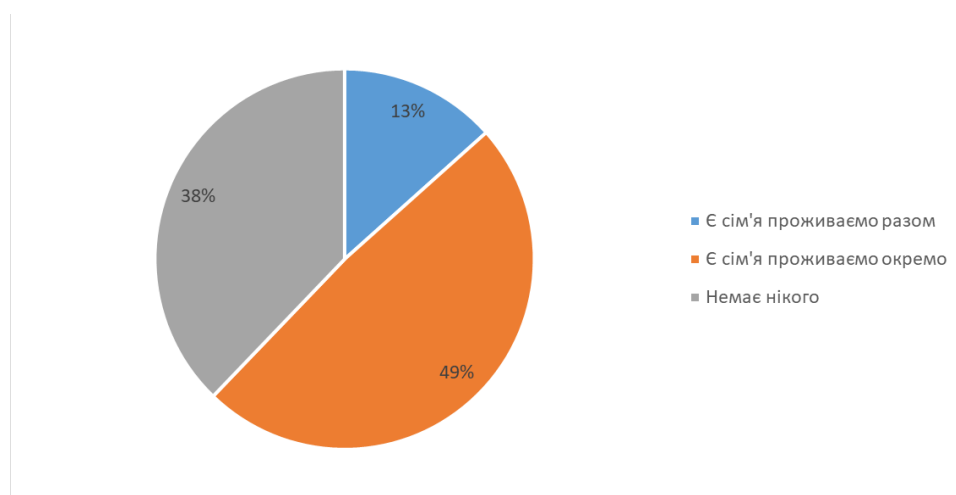


Рис.2.3. Сімейний стан респондентів, %

Таким чином, серед обраної вибірки 11 осіб (13%) мають сім'ї та проживають з ними, 40 осіб (49%) мають сім'ю, але разом не проживають. Найбільший інтерес для нашого дослідження представляють 31 особа (38%) – це люди котрі не мають ні близьких, ні родичів.

Наступним питанням було визначення фінансового стану людей похилого віку, на рис.2.4.

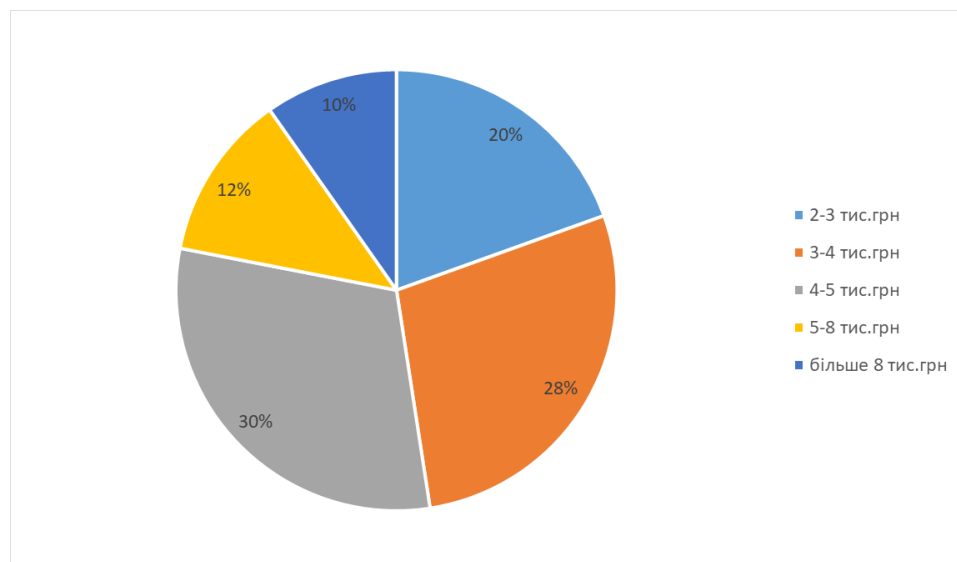


Рис.2.4. Фінансовий стан осіб, %

Відповідно до дослідження більшість осіб є особами пенсійного віку, тому у більшості основний дохід припадає саме на пенсію. Згідно рисунку відзначили, що більшість людей похилого віку проживають за межею бідності. Так 16 осіб (20%) мають щомісячний дохід лише у розмірі 2-3 тис. грн., 23 особи (28%) мають дохід трохи більший 3-4 тис. грн, 25 осіб відзначили, що рівень їх місячного доходу на рівні 4-5 тис. грн (30%). Дохід від 5 до 8 тис. грн мають 10 осіб, що складає 12%. Доволі значний дохід від 8 і вище тис. грн мають лише 8 осіб, що складає 10% від заданої групи.

Такий фінансовий розподіл підтверджує, що більшість людей похилого віку потребують соціального захисту зі сторони держави.

Наступним питанням ми намагались оцінити рівень почуття самотності. Результати опитування наведені на рис.2.5.

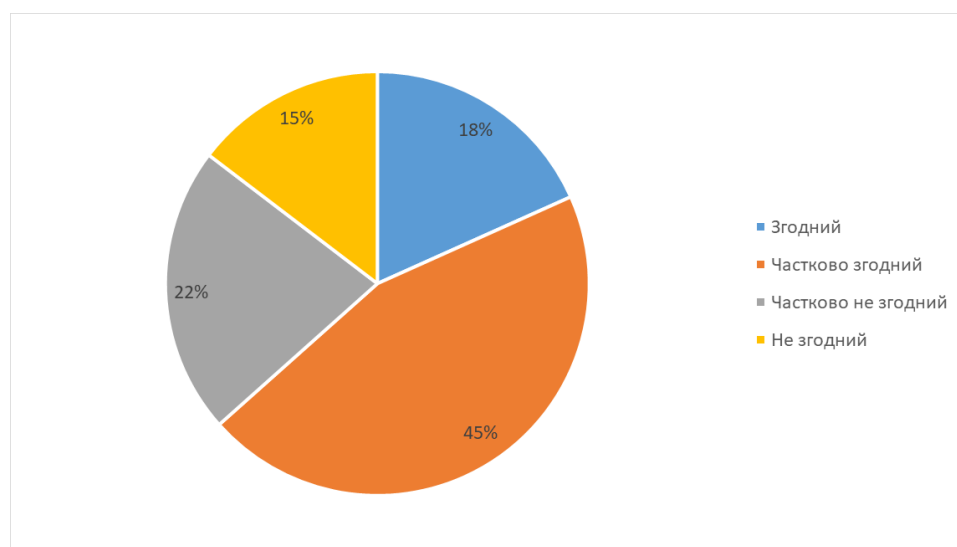


Рис.2.5. Відчуття самотності, %

Відповідно до наведених даних бачимо, що самотніми себе не відчувають 12 осіб (15%), інколи відчувають самотність 18 осіб (22%). Частково самотніми себе вважають 37 осіб (45%). Повністю самотніми себе вважають 15 осіб (18%).

Іншим питанням ми намагались виявити чи підтримує людина похилого віку, будь-які соціальні контакти, результати представлені на рис.2.6.

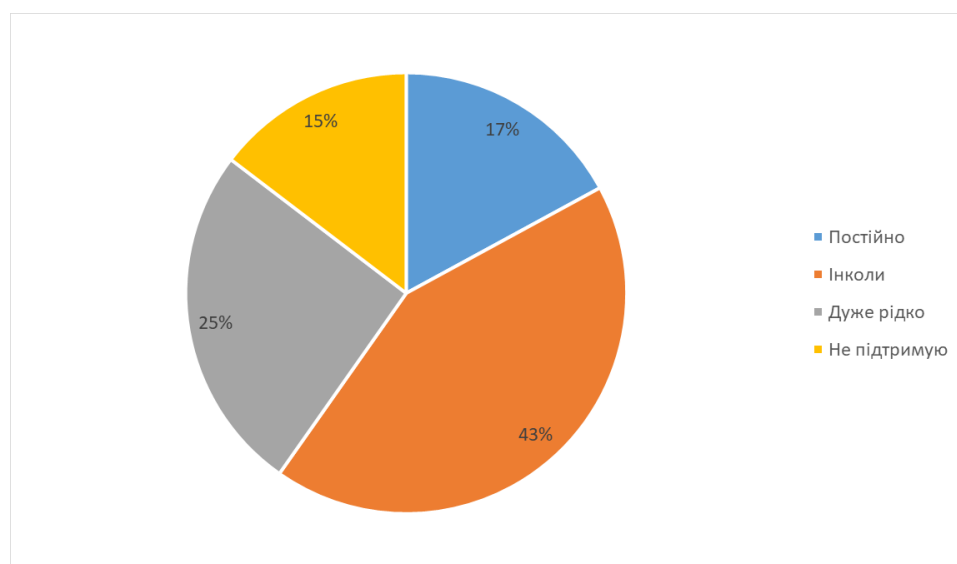


Рис.2.6. Підтримка соціальних контактів, %

Відповідно до наведених даних більше половини осіб похилого віку підтримують соціальні контакти, зокрема 14 осіб (17%) постійно спілкуються з

іншими людьми, мають знайомих та друзів, а 35 осіб (43%) відмітили, що інколи спілкуються з іншими. Складною є ситуація у 33 осіб, адже 21 особа (25%) дуже рідко спілкуються з іншими людьми, частіше такі розмови трапляються в аптеці чи магазині, а 12 осіб (15%) взагалі не мають жодних соціальних контактів.

Наступним питанням було виявлення осіб, до яких може звернутись респондент. Результати та розподіл відповідей представлений на рис.2.7.

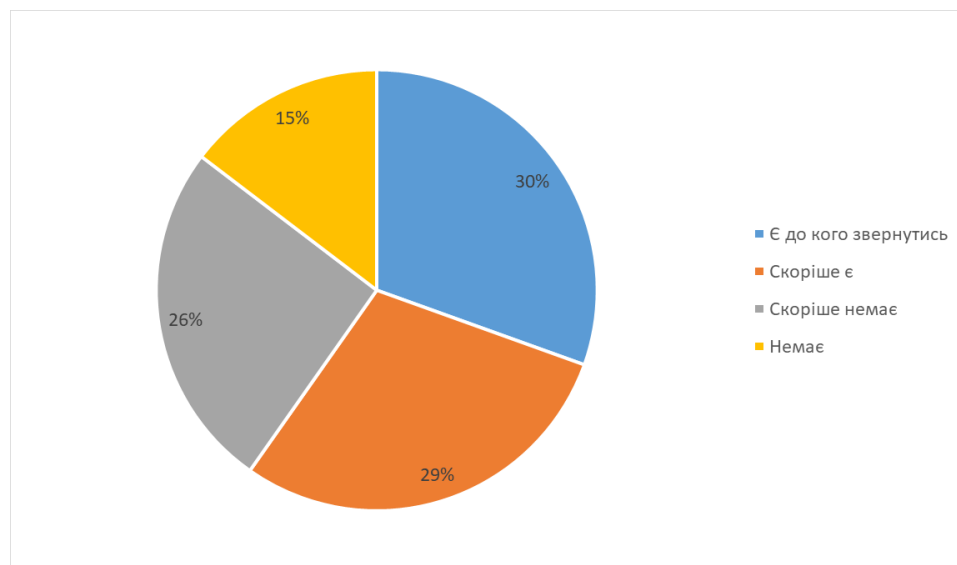


Рис.2.7. Розподіл відповідей на питання «Чи є особи, до яких Ви можете звернутись за допомогою», %

Відповідно до наведених результатів, у 25 осіб, що складають 30% є особи, до яких вони можуть звернутись за допомогою. В першу чергу це родичі чи близькі люди. Ще 24 особи (29%) відзначили, що у них скоріше є люди, до яких можна звернутись за допомогою. Натомість 21 респондент відзначили, що у них скоріше немає людей, до яких вони можуть звернутись за допомогою. Найскрутніша ситуація у 12 осіб (15%) котрі відзначили, що допомоги їм чекати немає від кого.

Наступним ми намагались виявити чи відчувають люди похилого віку дискомфорт перебуваючи на одинці. Результати наведені на рис.2.8.

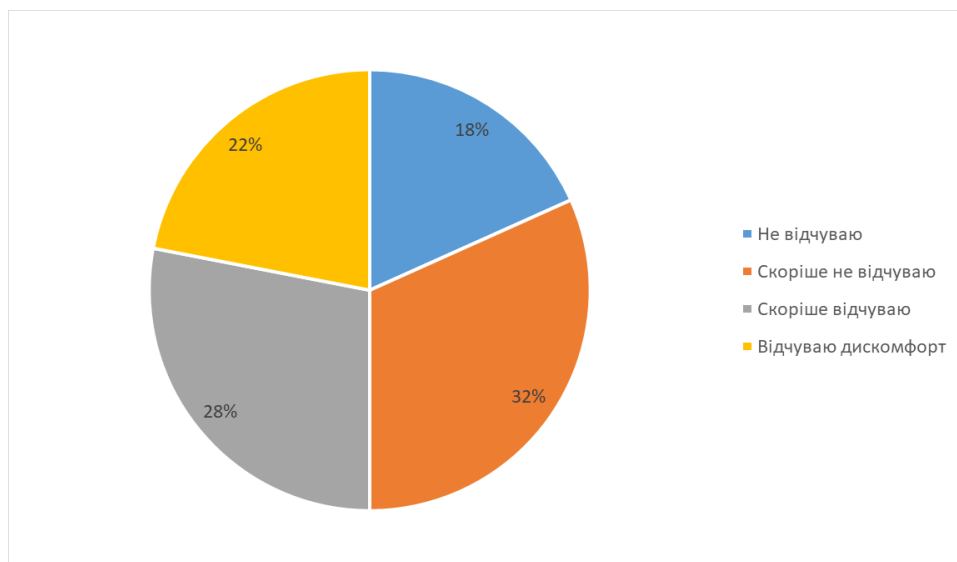


Рис.2.8. Відчуття дискомфорту від перебування наодинці, %

Відповідно до наведених результатів ми виявили, що 15 осіб (18%) абсолютно комфортно почувають себе наодинці, вони цього не бояться та абсолютно задоволені таким способом життя. Ще 26 осіб (32%) відмітили, що скоріше не відчують дискомфорту, але інколи мають бажання побути в чийсь компанії. Загалом ця група людей має знайомих та друзів та періодично підтримують соціальні контакти. Також, 23 особи (28%) людей похилого віку відмітили, що скоріше відсувають дискомфорт проживаючи наодинці. У даній групі людей майже відсутні соціальні контакти, часто немає ні родичів, ні близьких друзів чи знайомих.

Ситуація відчуття дискомфорту присутня у 18 осіб (22%), котрі відмітили, що їм абсолютно не комфортно жити одному. Такі люди найбільш трагічно переживають самотність, закриваються в собі, не йдуть на контакт, рідко звертаються за допомогою до людей та вважають, що долю не змінити, їх має переслідувати самотність до кінця життя. У даній групі відсутні родичі, немає дітей чи близьких друзів. Соціальні контакти можливі лише випадково при контакті з іншими людьми на вулиці, в магазині, транспорті чи інших місцях.

Також ми опитали респондентів, які почуття вони мають знаходячись наодинці, результати відповідей наведені у таблиці 2.1. Кожен респондент міг обрати декілька варіантів відповідей.

Таблиця 2.1

**Почуття людини в момент знаходження наодинці**

Почуття	Кількість осіб	Питома вага, %
Занепокоєння	43	52
Страх	28	34
Тривогу	47	57
Безпорадність	32	39
Нудьга	21	25
Жалість	11	13
Розпач	17	20
Дратівливість	7	8
Засмучення	39	47
Щастя	25	30
Задоволеність	21	25
Спокій	33	40
Безпечність	31	37

Відповідно до результату опитування виявили, що більшість осіб переживають більше негативних емоцій. Так занепокоєнні переживають 43 особи, страх бути наодинці переслідує 28 осіб. Тривогу найчастіше відчують 47 осіб, також велика кількість людей відмітили, що переживають безпорадність, нудьгу, жалість до себе, розпач та дратівливість. Позитивні емоції не є переважаючими у відповідях людей. Так наприклад щастя від самотності відчують лише 25 осіб, задоволеність від цього стану – 21 особа. Спокійно наодинці відчувають 33 особи, а безпечно 31.

Наступним питанням стало чи відрізняють респонденти поняття бути самотнім і бути наодинці. Результати відповідей наведені на рис.2.9.

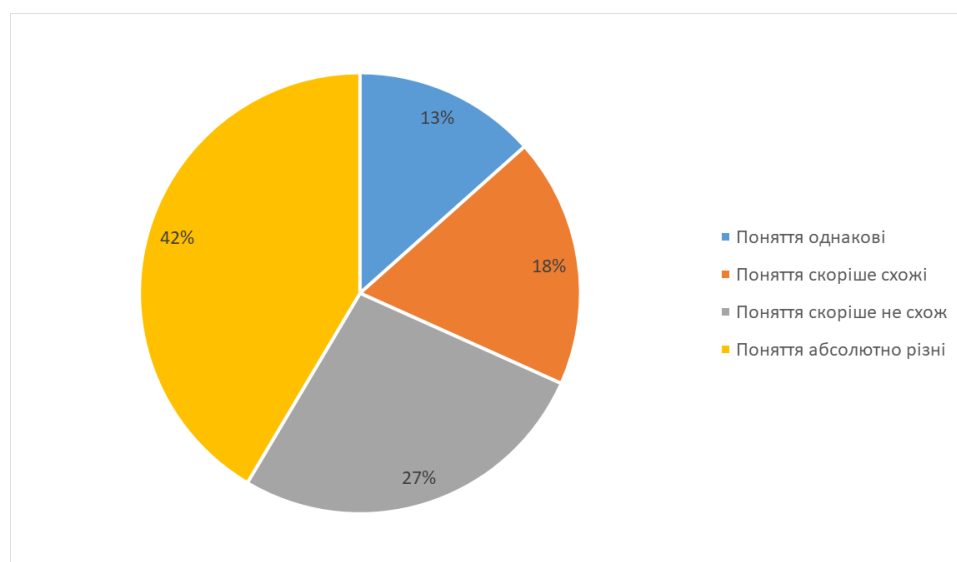


Рис.2.9. Виявлення специфіки двох подібних станів бути самотнім і бути на одинці, %

Таким чином, як видно з рисунку, більшість людей відрізняють представлені два поняття. Вони визначаючи поняття «бути самотнім», акцентують увагу на тотальності такого стану, його стійкості та тривалості (спосіб життя). Також респондентами відзначається відчуженість людини від інших, незрозуміння інших. На відміну від стану «бути самотнім», стан «бути на одинці», на думку респондентів, є тимчасовим, позитивним і необхідним для кожної людини станом. Респонденти відзначають, що цей стан є важливим і корисним для регуляції емоційного стану, відпочинку і перезавантаження, це можливість побути наодинці самим собою.

Негативним є те, що частина респондентів вважають, що дані два поняття є схожими та не розуміють різницю. Така тенденція вводить в оману соціальних працівників, адже у таких людей часто є близькі та родичі, які не надають достатню увагу родичу похилого віку. Тому необхідно чітко відзначати людей, які реально є самотніми, а не перебувають частково віддалено від близьких та родичів.

Наступним було поставлене питання «Як Ви вважаєте, у чому причина того, що Ви відчуваєте себе самотнім?» (рис.2.10.).

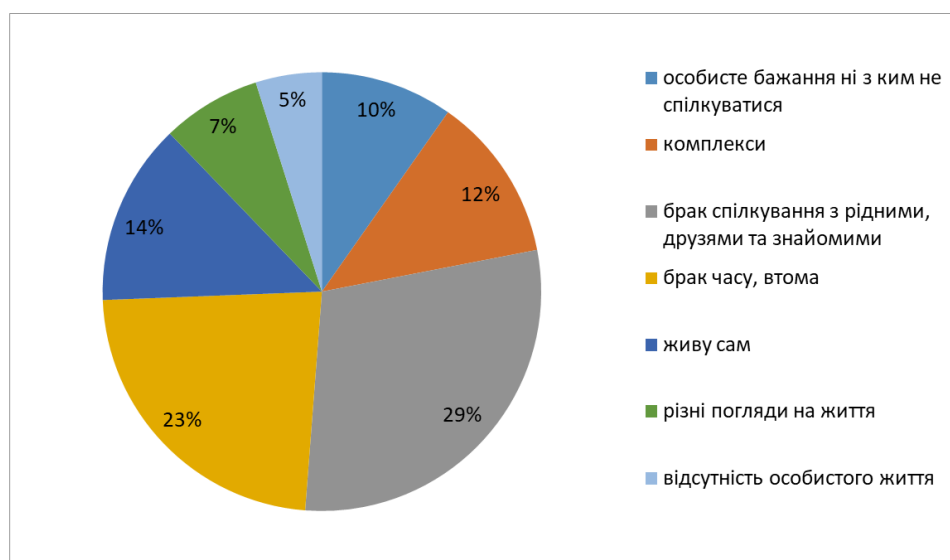


Рис. 2.10 Причини відчуття самотності

Більшість респондентів відзначили, що основною причиною, через яку вони відчують себе самотніми, є нестача спілкування з рідними, друзями та знайомими – 24 особи (29%). Також важливою причиною є нестача часу та втома. Більшість людей похилого віку мають проблеми зі здоров'ям, зокрема більшість мають проблеми з ногами та не можуть повноцінно пересуватись. Після короткочасних походів по квартирі вони відчують втому, що й позначається на відсутності необхідного часу для спілкування, щоб відчувати комфортний стан. Комплекси та відсутність особистої життя турбують 10 (12%) опитаних. Люди похилого віку соромляться спілкуватися з оточуючими, бояться бути незрозумілими, неприйнятими, вони комплексують щодо своєї зовнішності та матеріального становища. Різні погляди на життя турбують 6 (7%) опитаних. Відсутність бажання спілкуватися відзначили 8 (10%) опитаних, 11 (14%) людей похилого віку почуваються самотніми, оскільки проживають одні.

На наступному етапі ми дослідили як респонденти потрапили до територіального центру та з якою метою. Результати відповідей наведені на рис.2.11.

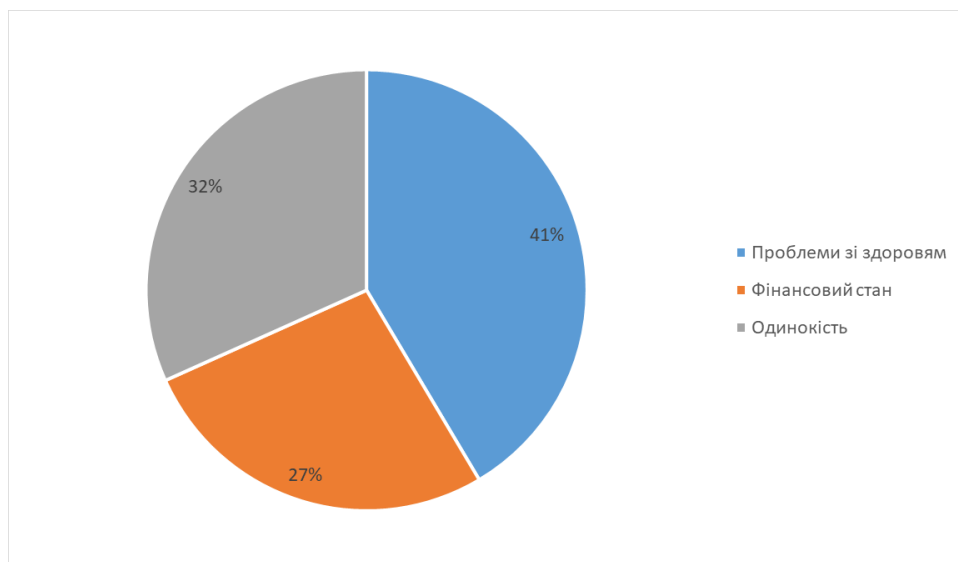


Рис. 2.11. Причини звернення до Територіального центру соціальної допомоги, %

Відповідно до отриманих відповідей відзначили, що більшість респондентів звернулись до Територіального центру у зв'язку з втратою здоров'я, щодо власного забезпечення. Такі люди часто є самотніми, проживають наодинці та мають право на соціальну допомогу від держави. Згідно наведених даних, саме 34 особи (41%) обрали цей варіант відповіді.

Проблема фінансового стану також є вагомою при зверненні до соціальних служб. Як вже було відмічено раніше, більшість осіб похилого віку знаходяться за межею бідності, тому звертаються за допомогою до Територіального центру. Згідно з результатами анкетування даний варіант відповіді обрали 22 особи (27%).

Одинокість, як основну причину звернення до Територіального центру обрали 26 людей (32%). Дана категорія громадян не підтримує жодних соціальних контактів, не має або не спілкується з родичами та потребує сторонньої допомоги.

Далі ми визначили, чи є вважають респонденти правильним рішенням звернутись до Територіального центру за допомогою. Результати відповідей наведені на рис.2.12.

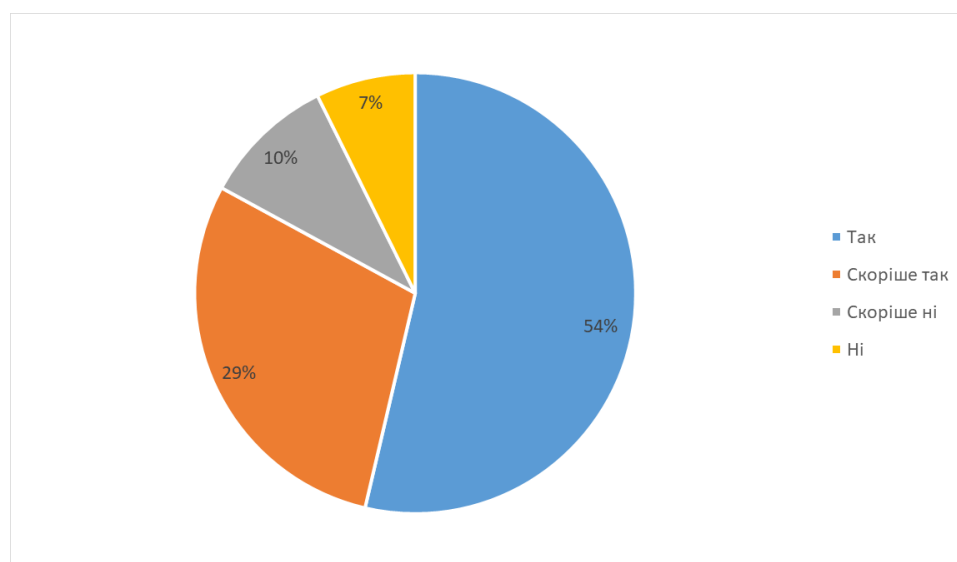


Рис.2.12. Задоволеність та результативність від звернення до Територіального центру, %

Відповідно до отриманих результатів опитування ми виявили, що більшість осіб похилого віку, а саме 44 (54%) абсолютно задоволені звернення по допомогу до Територіального центру. Дані особи підтверджували той факт, що працівники організації допомогли їм у вирішенні дуже великої кількості питань, в першу чергу пов'язані з соціальним обслуговуванням та допомогою вдома. Схожу тенденцію відмітили 24 особи (29%). Вони також підтвердили, що більшість питань, які стали причиною звернення до центру були вирішені.

Найгостріше питання допомоги стоїть у 14 осіб, котрі негативно відповіли на ефективність співпраці з Територіальним центром. Більшість людей котрі негативно відповіли на поставлене питання є самотніми. Вони вважають, що працівники центру не в достатній кількості приділяють увагу людям, котрі абсолютно самотні та потребують більше уваги з боку працівників.

На наступному етапі ми визначили, чи мають респонденти хобі та як проводять вільний час, результати відповідей наведені у табл.2.2. Кожен респондент мав можливість обрати декілька відповідей.

Таблиця 2.2

## Хобі та проведення вільного часу

Назва заходу	Кількість відповідей	Питома вага, %
Перегляд телевізору	70	85
В'язання, шиття	32	39
Малювання	11	13
Користання Інтернетом та соціальними мережами	36	44
Читання книг чи газет	61	74
Настільні ігри (шашки, доміно і т.д.)	43	52
Походи по магазинах	22	27
Танці	7	8
Піші прогулянки по місту	35	42
Експерсії	18	22

Таким чином, відзначили, що у більшості людей похилого віку відсутні хобі та вони майже не проводять вільний час поза межами дому. Із проведеного анкетування ми виявили, що більшість людей витрачають вільний час на перегляд телевізора чи читання книг і газет. Частина жінок займаються шиттям чи в'язанням. Відзначили, що частина людей мають сучасні гаджети та вільно користуються інтернетом, де продивляються новини та активно користуються різними соціальними мережами. Також можемо підкреслити той факт, що люди похилого віку менш активні у міру проблем зі здоров'ям. Тому як активний варіант проведення вільного часу, а саме походи по магазинах, прогулянки по місту чи екскурсії обрала незначна кількість респондентів.

Наступним питанням стало, чи бажають респонденти співпрацювати з соціальними працівниками Територіального центру задля подолання почуття самотності. Результати відповідей наведені на рис.2.13.

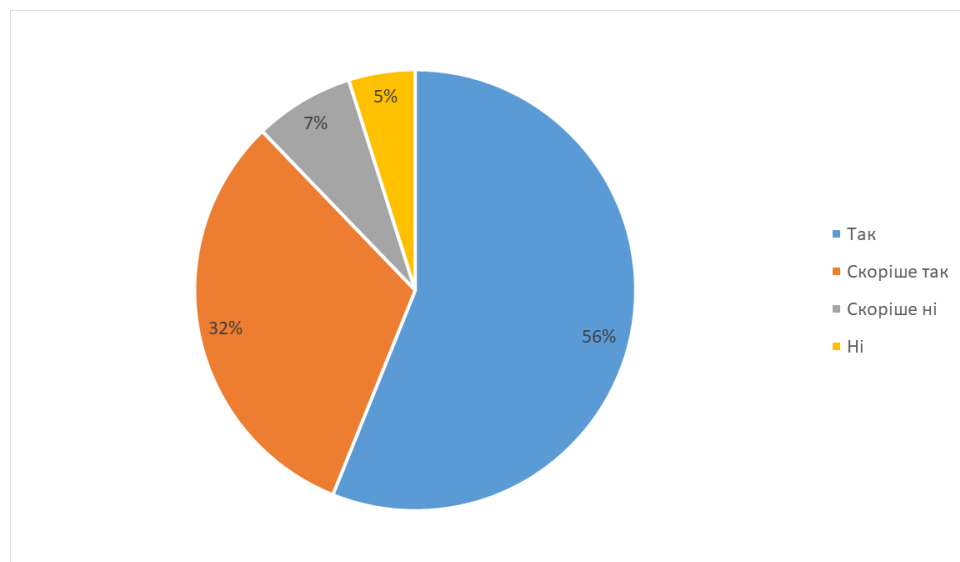


Рис.2.13. Можливість співпраці з соціальними працівниками Територіального центру задля подолання почуття самотності, %

Відповідно до відповідей респондентів ми виявили, що більшість з них готові співпрацювати з працівниками Територіального центру задля подолання почуття самотності.

Допомагаючи самотнім людям, соціальний працівник добре повинен уявляти собі комплектність проблеми та мультифакторність її можливого вирішення. При недостатній компетенції соціальних працівників можливе встановлення хибного патерналістського типу спілкування з підопічними, що виявляється у зневажанні, спілкуванні зверхньо, нав'язуванні порад, своїх поглядів, маніпулюванні людиною та надмірної самовпевненості. Соціальні працівники повинні надавати допомогу самотнім людям лише в межах своєї компетентності, і якщо буде потрібна більш кваліфікована допомога, наприклад, психолога, юриста, лікаря чи психіатра, необхідно її забезпечити.

Наостанок людям похилого віку було дано можливість обрати напрямки роботи, в яких їм хотілось би приймати участь задля подолання почуття самотності. Результати відповідей наведені на рис.2.14.

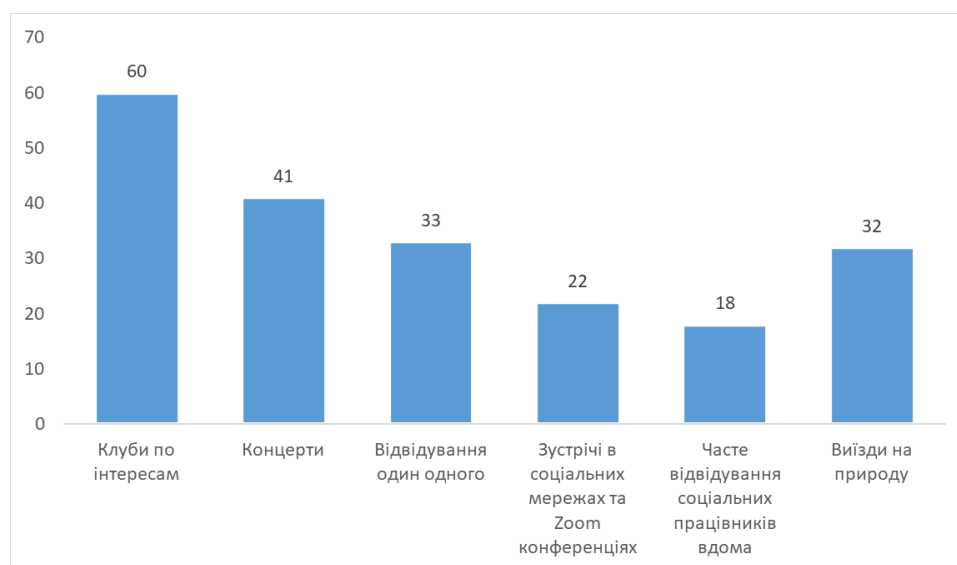


Рис.2.14. Напрямки роботи Територіального центру задля подолання почуття самотності, осіб

Таким чином, більшість респондентів відмітили, що їм було б цікаво зустрічатись з однолітками в різноманітних клубах по інтересам, за цей варіант проголосували 60 осіб. Також з великою цікавістю респонденти віднеслись до проведення різноманітних масових заходів, 33 особи проявили бажання відвідувати один одного, ще 32 особи виявили бажання виїздити на природу. Незначна частина людей виявили інтерес до спілкування в соціальних мережах. Та 18 осіб вважають, що їм буде краще, якщо соціальні працівники більш частіше будуть їх навіщати.

Крім анкетування також було запропоновано пройти тестування за допомогою методики «Суб'єктивного відчуття самотності Д. Рассела та М. Фергюсо». Даний опитувальник складається з 20 питань в якому можна вибирати з чотирьох варіантів відповідей: «часто», «інколи», «рідко», «ніколи».

Для отримання результату кількість відповідей «часто» множили на 3, «інколи» – на 2, «рідко» – на 1. «Ніколи» – це 0.

Відповідно можна було оцінити рівень самотності у людей похилого віку:

Найбільший показник самотності – 60 балів:

Від 40 до 60 балів – високий рівень самотності.

Від 20 до 40 балів середній рівень самотності.

Від 0 до 20 балів – низький рівень самотності.

Проаналізуємо отримані результати та визначимо загальний показник по групі.

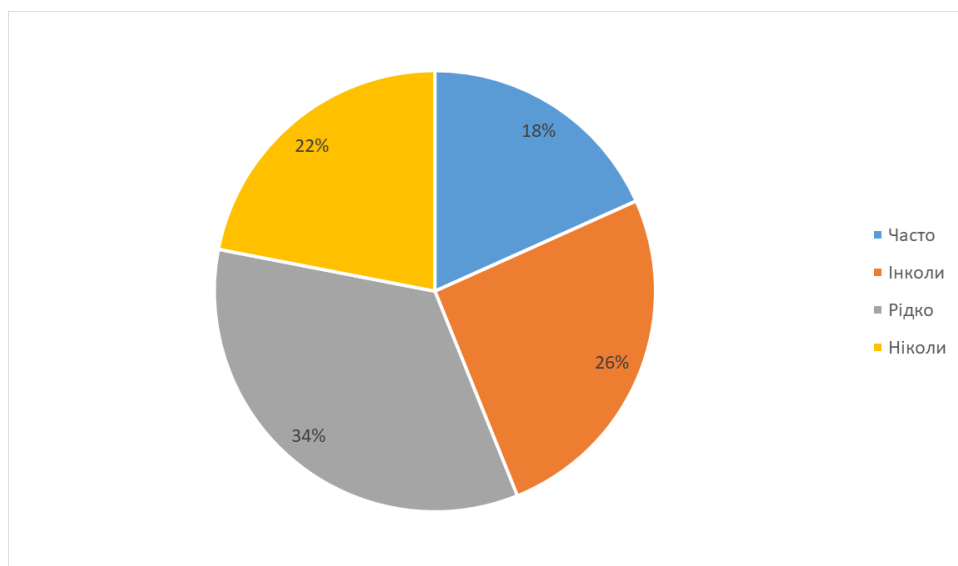


Рис.2.15. Розподіл відповідей на твердження «Я нещасливий, що займаюся такою кількістю речей на самоті», %

Таким чином, відповідно до отриманих відповідей відзначили, що частина респондентів часто почуваються нещасними, коли виконують якусь роботу наодинці. Часто таке відчуття проносять через себе 15 осіб (18%), інколи 21 особа (26%). Доволі рідко нещасними себе почувають 28 осіб, та ніколи не перебували у такому стані 18 осіб (22%).

Наступне питання полягало у визначенні соціальних контактів, результати наведені на рис.2.16.

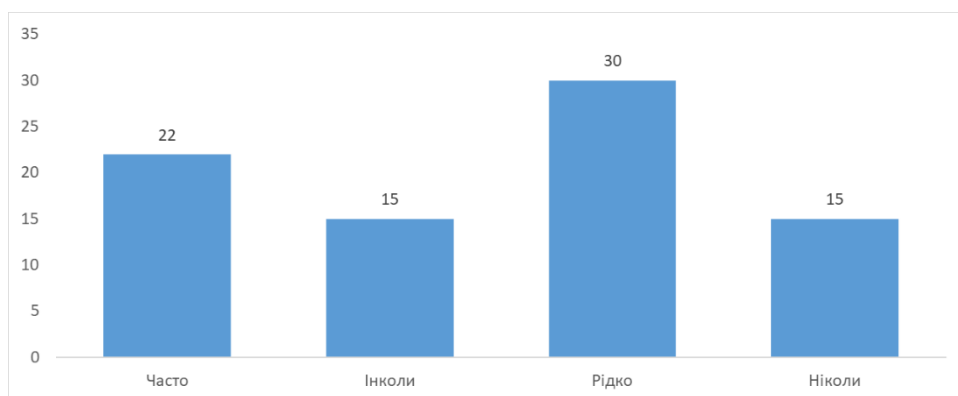


Рис.2.16. Розподіл відповідей на твердження «Мені нема з ким поговорити», %

Таким чином було виявлено, що 22 особи відчувають нестачу спілкування, що 15 осіб відмітили, що інколи виникає бажання поспілкуватись, але нікого немає поруч. Натомість 45 осіб заявили, що проблем у пошуку співрозмовника у них немає.

В ході дослідження ми також оцінили як люди пенсійного віку переносять самотність, результати наведені на рис.2.17.

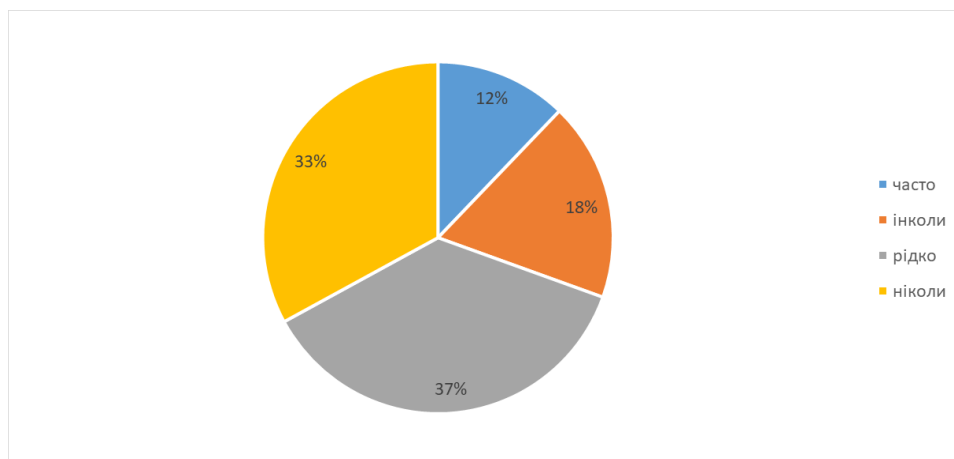


Рис.2.17. Розподіл відповідей на твердження «Для мене нестерпно бути таким самотнім», %

Відповідно до отриманих результатів ми виявили, що незначна частина людей відчувається некомфортно. Так лише 10 осіб (12%) заявили, що їм нестерпно бути самотніми, натомість 57 осіб у загальному не мають таких почуттів та спокійно переносять самотність.

Важливим фактором виявлення самотності є почуття нестачі спілкування, тому дане питання також було задане респондентам. Результати відповідей наведені на рис.2.18.

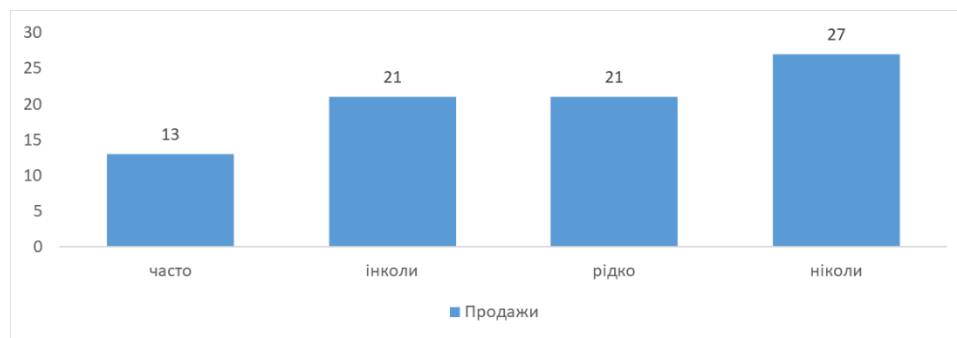


Рис.2.18. Розподіл відповідей на твердження «Мені не вистачає спілкування», %

Таким чином, лише 13 з 82 осіб часто відчують нестачу спілкування, ще 21 особа інколи відчують нестачу спілкування. Доволі рідко таке почуття настає у 21 особи, а зовсім такого почуття немає ще у 27 осіб дослідної групи людей похилого віку.

Далі респодентам було запропоновано твердження «Я відчую, ніби ніхто справді не розуміє мене», розподіл відповідей відображено на рис.2.19.

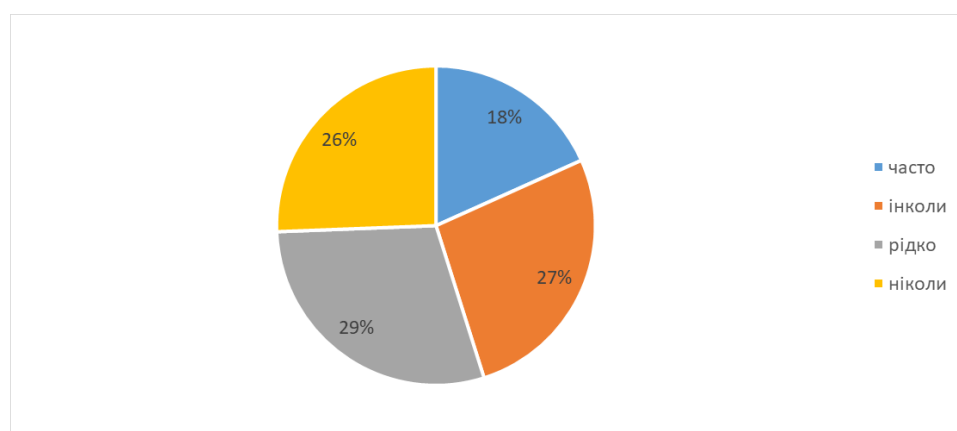


Рис.2.19. Розподіл відповідей на твердження «Я відчую, ніби ніхто справді не розуміє мене», %

Відповідно до отриманих відповідей відзначили, що лише 18 % осіб похилого віку постійно відчують ніби їх не розуміють, ще 27 % осіб інколи переслідує така думка. Як зазначили 29 % респондентів таке відчуття їх настає дуже рідко, а у 26 % і взагалі такого не буває.

Часто особам похилого віку не вистачає спілкування, тому наступне питання було пов'язане саме з цим фактором. Результати опитування наведені на рис.2.20.

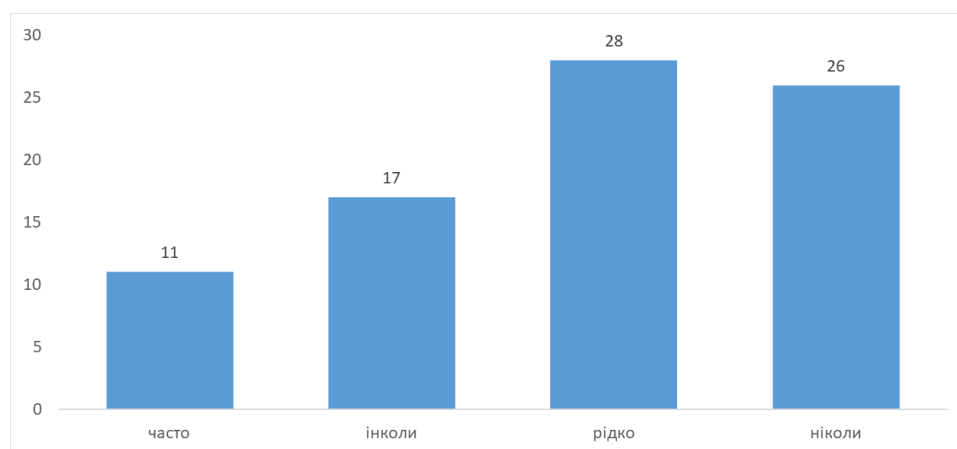


Рис.2.20. Розподіл відповідей на твердження «Я ловлю себе на тому, що перебуваю в очікуванні, що люди зателефонують чи напишуть мені», %

Відповідно до отриманих результатів ми виявили, що значна частка людей похилого віку потребує уваги. Так як відмітили 11 осіб, вони часто перебувають в очікуванні телефонного дзвінка від близьких та родичів. Так, 17 осіб відмітили, що інколи очікують дзвінка, адже періодично спілкуються з близькими. Як зазначили 28 осіб такі ідеї приходять до них вкрай рідко. Вони доволі часто спілкуються з рідними та знайомими, тому такі думки їх майже не настигають.

Також бачимо, що 26 осіб взагалі не ловлять себе на думці, що їм мають подзвонити, розмови з близькими проходять систематично, тому дана категорія ніколи цим питанням не задавалась.

Одинокість людей проходить через почуття віддаленості від інших, тому дане питання також було визначене, а результати наведені на рис.2.21.

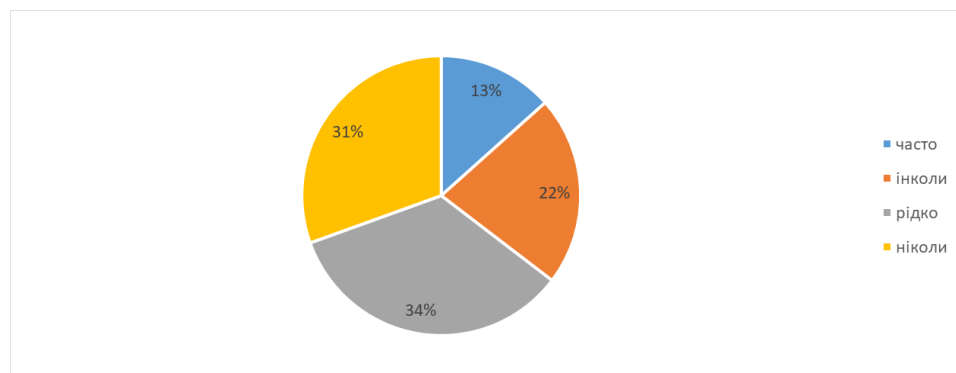


Рис.2.21. Розподіл відповідей на твердження «Я зараз ні з ким не близький», %

Відповідно до результатів опитування, лише 13 % людей відмітили, що вони не відчують близькість ні з ким, не зважаючи на наявність родичів чи знайомих. Також 22 % людей похилого віку відзначили, що інколи відчують відчуженість від інших. Як зазначили 34 % респондентів таке відчуження у них буває вкрай рідко. Натомість у 31 % людей такого відчуття немає, вони вважають себе близькими зі своїми родичами чи знайомими.

Почуття самотності також може супроводжувати не розділенням поглядів, тому даний аспект ми також дослідити. Результати представлені на рис.2.22.

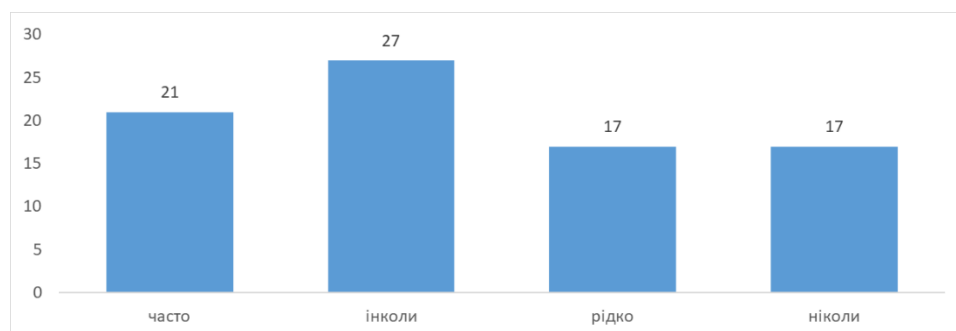


Рис.2.22. Розподіл відповідей на твердження «Ті, хто мене оточує, не поділяють мої ідеї та погляди», %

Людам похилого віку доволі часто знаходити спільні теми для обговорення зокрема з молоддю. Часто виникають непорозуміння та конфліктні ситуації. Така обстановка часто спонукає людей похилого віку вважати, що їх

ніхто не розуміє та не розподіляє погляди. Відповідно до отриманих результатів часто такі думки виникають у 21 респондента, 27 осіб відповіли, що такі ситуації виникають інколи. Як відзначили 17 осіб, що доволі рідко відчують дані почуття, та ще 17 осіб взагалі такої димки не підтримують.

Нажаль не зважаючи на те, що більшість людей похилого віку проживають з рідними, вони відчують себе самотніми. Тому їм було поставлене питання чи відчують вони себе повністю самотніми, результати на рис.2.23.

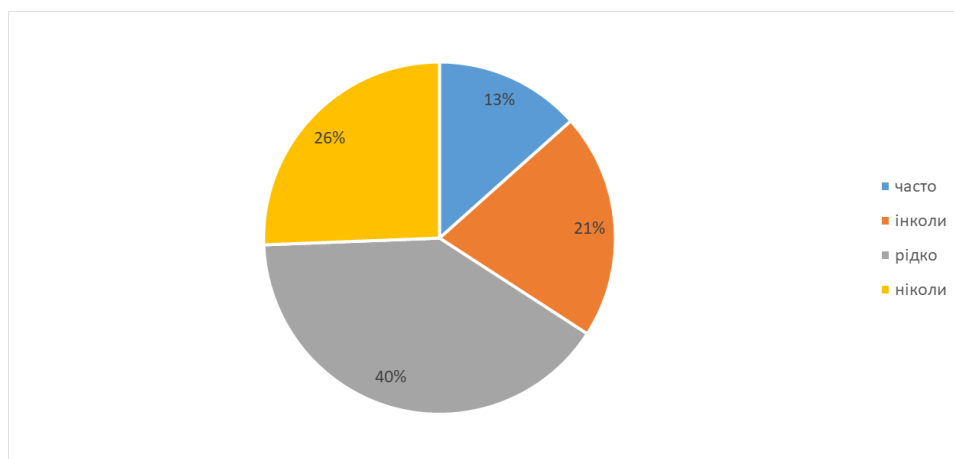


Рис.2.23. Розподіл відповідей на твердження «Я відчуваю себе повністю самотнім», %

Відповідно до наведених результатів, лише 13 % респондентів відчувають себе повністю самотніми, ще 21 % людей похилого віку відмітили, що інколи себе відчувають самотньо. Як зазначили 40 % осіб, дане почуття настає їх вкрай рідко. А 26 % самотніми людьми себе не вважають.

Також було оцінено рівень розкритості людей похилого віку та можливості спілкування з незнайомими людьми. Результати опитування наведені на рис.2.24

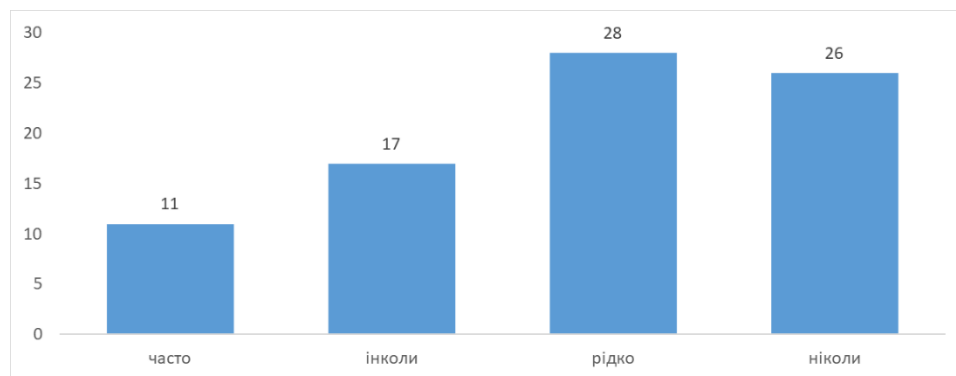


Рис.2.24. Розподіл відповідей на твердження «Я не здатний розкуто спілкуватися з тими, хто мене оточує», %

Як зазначено на рисунку лише 11 осіб відчують скутість у спілкуванні, 17 осіб інколи не можуть підібрати правильні слова у розмові. Як зазначили 28 осіб, то така проблема виникає вкрай рідко, а ще 26 осіб можуть вільно та розкуто спілкуватись з оточуючими людьми.

Також ми виявили, чи потребують респонденти соціальних контактів, чи прагнуть бути наодинці (рис.2.25)

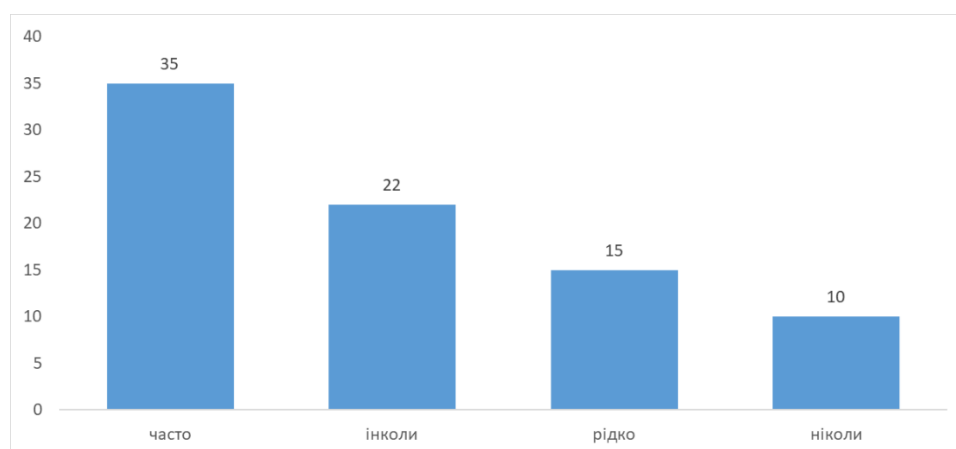


Рис.2.25. Розподіл відповідей на твердження «Я постійно прагну бути в компанії», %

Результати тестування підтвердили той факт, що більшість людей прагнуть бути у компанії та бояться залишатись наодинці. Так комфортно наодинці відчувається лише 10 осіб, а прагнуть постійного контакт 35 людей.

На наступному етапі ми визначили наскільки ізольованими себе відчувають люди похилого віку (рис.2.26)

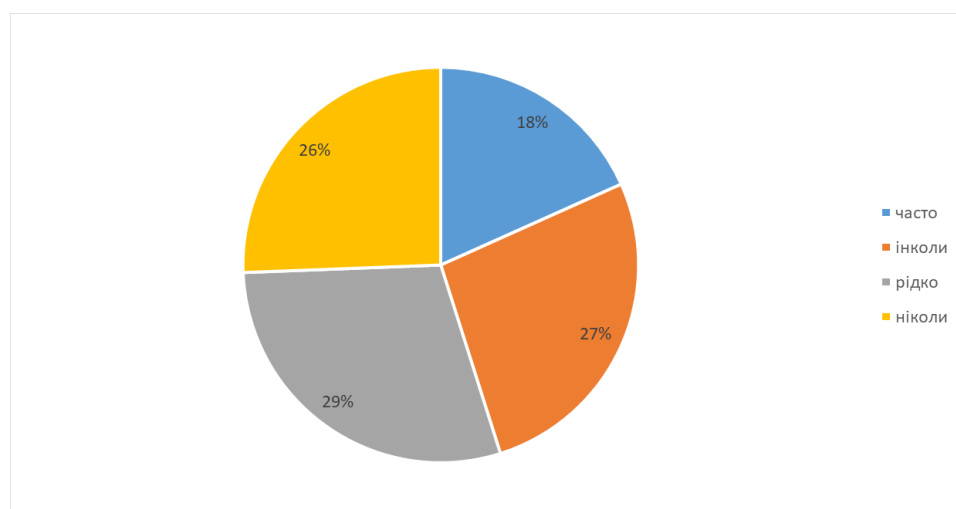


Рис.2.26. Розподіл відповідей на твердження «Я відчуваю себе ізольованим від інших», %

Почуття ізоляції – це стан, коли людина відчуває себе відірваною від навколишнього світу і незв’язаною з іншими людьми. Це психологічний стан, який може виникати з різних причин та мати різні прояви. Часто почуття ізоляції супроводжується відчуттям самотності та нерозуміння. Воно може виникати як у фізичному плані, коли людина відчувається відокремленою від інших людей, так і в емоційному плані, коли людина не знаходить собі духовних однодумців або не може побудувати глибоких емоційних зв’язків з іншими людьми. Причини почуття ізоляції можуть бути різними. Однією з найпоширеніших причин є відсутність комунікації та соціальної активності. Якщо людина не спілкується з іншими людьми або перебуває в ізольованому оточенні, вона може відчути себе ізольованою та самотньою. Також почуття ізоляції може виникати через небажання або неможливість відкритися перед іншими людьми, страх бути відкинутим або ображеним. Відповідно до отриманих результатів 18 % осіб відчуваються ізольованими від суспільства, ще 27 % іноколи відчувають себе ізольованими. Позитивним є той факт, що більшість респондентів не відчувають себе ізольованими та живуть повноцінним життям.

Людам похилого віку доволі важко заводити нові знайомства та спілкування, що негативно відображається на їх емоційному стані та відчутті

одинокості. Тому було виявлено наскільки важко заводити друзів особам похилого віку (рис.2.27)

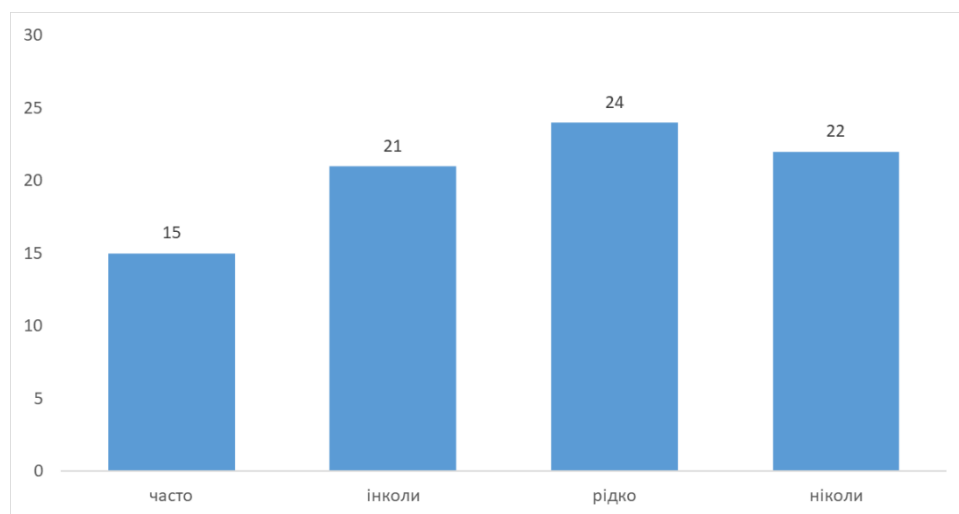


Рис.2.27. Розподіл відповідей на твердження «Мені важко заводити друзів», %

Таким чином, більшість респондентів не відчують проблем в нових знайомствах та спілкуванні. Відзначили, що 15 особам важко заводити нових друзів, зокрема їм не комфортно спілкуватись з незнайомими людьми. Також виявили, що 21 людини у загальному інколи зустрічалась проблемою заведення нових друзів та соціальних контактів.

У зв'язку з тим, що більшість людей похилого віку мають проблеми зі здоров'ям, зокрема проблеми з опорним апаратом, вони часто не виходять з дому та почувають себе виключеними та ізольованими. Тому дане питання також було розглянуте, як один з факторів самотності (рис.2.28).

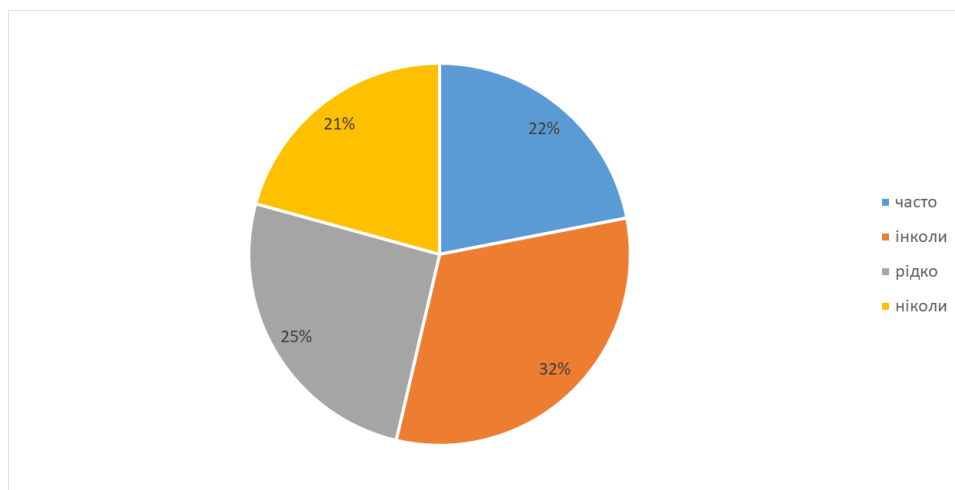


Рис.2.28. Розподіл відповідей на твердження «Я відчуваю себе виключеним та ізольованим іншими», %

Таким чином, результати опитування підтверджують той факт, що більшість людей похилого віку почувають себе виключеними та ізольованими. Часто дане відчуття відзначається у 22 % людей похилого віку. Людина може відчувати порожнечу, самотність і відчуженість. Вона може відчувати, що розуміється чи приймається іншими людьми. Також почуття ізоляції може супроводжуватися страхом і неповноцінністю. Як зазначили 32 % людей, дане почуття у них буває інколи, але приносить негативні переживання.

Як зазначили 25 % респондентів вони доволі рідко почувають себе виключеними та ізольованими, вони самостійно намагаються постійно підтримувати контакти з соціумом. Ще 21 % взагалі не відчувають ізольовано та постійно спілкуються з людьми, виходять з дому, їздять по справам.

Відповідно до проведеного дослідження сформуємо рівні самотності у експериментальної групи (рис.2.29).

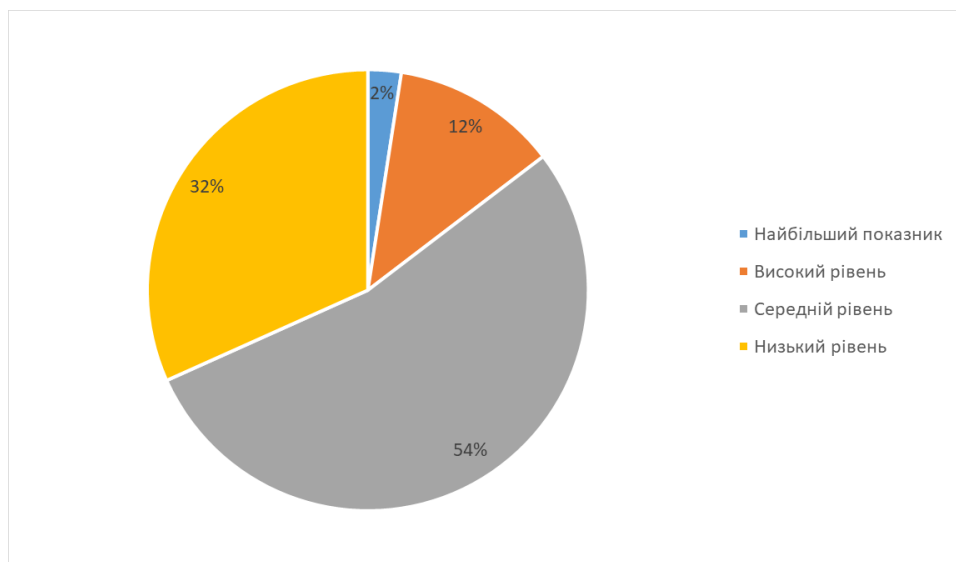


Рис.2.29. Загальний рівень вираженості самотності, %

Таким чином, відповідно до загальних підрахунків було виявлено, що у групі переважає середній рівень самотності. Також було виявлено, що у 2 % осіб найбільший показник вираженості самотності та у 12 % високий. Також варто відмітити, що у 32 % низький рівень вираженості самотності.

Отже, провівши дослідження було виявлено, що стан самотності виникає не лише у людей які не мають близьких та родичів. Часто дане явище трапляється і у людей котрі проживають в одному домі з близькими. Проблема самотності негативно відображається на загальному психологічному стані людини, тому необхідне втручання з боку соціальних служб. Для покращення переживання самотності людьми похилого віку потрібно працювати не тільки із самою літньою людиною, але і з її найближчим оточенням - чоловіком, дітьми, родичами і людьми, що живуть поруч. Необхідно проводити роз'яснювальну роботу з населенням усіма доступними засобами (телебачення, радіо, друковані видання, поширювані безкоштовно), щоб люди заздалегідь були готові до можливості виникнення важкої життєвої ситуації і знали шляхи виходу з неї.

## Висновки до розділу 2

У другому розділі дипломної роботи було проаналізовано особливості організації соціальної роботи з самотніми людьми похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування. Розглянуто основні завдання, функції та структуру цих закладів, спектр послуг, які вони надають літнім людям. Особливу увагу приділено діагностиці самотності людей похилого віку, розкрито інструментарій та технологію її проведення.

Аналіз діяльності територіальних центрів засвідчив, що вони є ключовими суб'єктами надання соціальних послуг самотнім літнім людям за місцем проживання. Завдяки розгалуженій структурі та різноманітним напрямкам роботи центри забезпечують комплексну підтримку своїх підопічних – від задоволення базових побутових потреб до організації змістовного дозвілля та інтеграції в суспільство. Водночас, в умовах старіння населення та зростання кількості самотніх літніх людей територіальні центри стикаються з низкою проблем – обмеженістю ресурсів, недостатньою індивідуалізацією послуг, переважанням патерналістського підходу тощо. Це актуалізує потребу в модернізації їхньої діяльності на основі впровадження інноваційних технологій та посилення адресності допомоги.

Дослідження феноменології соціально-психологічної самотності у похилому віці, проведене на базі Територіального центру надання соціальних послуг Голосіївського району м. Києва, підтвердило гіпотезу про високу поширеність цієї проблеми серед літніх людей. За результатами анкетування, фокус-групи та психодіагностичного тестування встановлено, що більшість респондентів (68%) часто або постійно відчувають самотність. Основними причинами цього стану є втрата близьких, проживання окремо від родичів, погіршення здоров'я, звуження кола спілкування.

Якісний аналіз дозволив глибше розкрити феноменологію самотності у пізньому віці. Найбільш болісним для літніх людей є брак емоційної близькості, відчуття непотрібності та занедбаності, туга за спілкуванням. Водночас, деякі

респонденти відзначали потребу в усамітненні. Виявлено також відмінності у переживанні самотності залежно від статі та віку – жінки та особи старше 75 років виявилися більш вразливими до цього стану.

Отримані результати спростовують поширену думку про те, що самотність притаманна лише літнім людям, які не мають родичів. Дослідження показало, що цей стан часто виникає і в тих, хто проживає з сім'єю, але не відчуває достатньої уваги та підтримки з боку близьких. Це свідчить про складну природу самотності у старості, яка зумовлена не лише об'єктивними чинниками, але й суб'єктивним сприйняттям людини, її особистісними особливостями.

Проведений аналіз має важливе значення для вдосконалення практики соціальної роботи з самотніми літніми людьми. На основі виявлених причин та особливостей переживання самотності можна окреслити перспективні напрямки діяльності територіальних центрів – розвиток програм підтримки сімейних зв'язків, створення груп взаємодопомоги, розширення можливостей для міжособистісного спілкування, організація психологічного консультування тощо. Врахування специфіки проблеми самотності у похилому віці дозволить зробити соціальні послуги більш адресними та ефективними.

Разом з тим, проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Перспективи подальших наукових розвідок вбачаємо у проведенні масштабніших досліджень з використанням репрезентативних вибірок та комплексу валідних методик, вивченні регіональної специфіки самотності у старості, аналізі зарубіжного досвіду подолання цієї проблеми засобами соціальної роботи.

Таким чином, самотність є складним соціально-психологічним феноменом, який набуває особливої гостроти у похилому віці. Її подолання вимагає комплексного підходу з боку фахівців соціальної сфери – врахування як зовнішніх чинників (налагодження соціальних контактів), так і внутрішніх (особистісні ресурси, розвиток навичок самопомоги). Лише за таких умов

можливо забезпечити успішну інтеграцію літніх людей у суспільство та покращення якості їхнього життя.

### **РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ ВДОСКОНАЛЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ОДИНОКИМИ ЛЮДЬМИ ПОХИЛОГО ВІКУ В ТЕРИТОРІАЛЬНИХ ЦЕНТРАХ СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ**

#### **3.1 Стан та проблеми надання соціальних послуг саодиноким людям похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування**

Територіальні центри соціального обслуговування відіграють ключову роль у наданні соціальних послуг саодиноким людям похилого віку в Україні. Саме на ці заклади покладено основні функції щодо виявлення, обліку та обслуговування цієї вразливої категорії населення. Проте, незважаючи на значний досвід та потенціал, діяльність територіальних центрів у сфері надання послуг саодиноким літнім людям характеризується низкою проблем та недоліків, які потребують вирішення.

Однією з ключових проблем є недостатня орієнтованість послуг на індивідуальні потреби отримувачів. Часто територіальні центри надають стандартний набір послуг (доставка продуктів, ліків, допомога в оплаті комунальних послуг тощо), які не завжди відповідають реальним запитам конкретної людини. Бракує гнучкості та диференційованості в підходах до обслуговування, врахування особливостей життєвої ситуації, стану здоров'я, інтересів та побажань клієнтів.

Так, за даними дослідження «Оцінка потреб саодиноких непрацездатних громадян у соціальних послугах», проведеного Інститутом демографії та соціальних досліджень імені М.В. Птухи НАН України у 2020 році, лише 28% опитаних саодиноких літніх люდეї повністю задоволені послугами територіальних центрів. Найбільш затребуваними виявилися послуги медико-соціального патронажу (42%), психологічної підтримки (39%), організації дозвілля та спілкування (36%), натомість такі послуги надаються в недостатньому обсязі.

Серйозною проблемою є кадрове забезпечення територіальних центрів. Соціальні працівники та соціальні робітники часто не мають спеціальної геронтологічної підготовки, недостатньо обізнані зі специфікою роботи з літніми людьми. Низький рівень оплати праці та високе емоційне навантаження призводять до швидкого професійного вигорання та плинності кадрів. Так, за даними Мінсоцполітики, в системі надання соціальних послуг в Україні щорічно змінюється близько 30% персоналу. Це негативно позначається на якості обслуговування, порушує наступність у роботі з клієнтами.

Ще однією проблемою є недостатня розгалуженість мережі територіальних центрів та нерівномірність їх розташування. У багатьох сільських та віддалених районах взагалі відсутні такі заклади, що унеможлиблює надання соціальних послуг самотнім літнім людям за місцем проживання. Там же, де центри функціонують, вони часто перевантажені і не можуть охопити всіх потребуючих. За оцінками експертів, в Україні соціальними послугами охоплено лише 30% самотніх літніх людей, які їх потребують.

Суттєвою перешкодою для ефективної роботи територіальних центрів є обмеженість фінансових та матеріальних ресурсів. Фінансування діяльності центрів здійснюється з місцевих бюджетів за залишковим принципом і не відповідає реальним потребам. Бракує коштів на оплату праці персоналу, закупівлю необхідного обладнання, проведення ремонтних робіт тощо. Застаріла матеріально-технічна база багатьох закладів не дозволяє запроваджувати сучасні методи обслуговування, створювати комфортні умови для перебування клієнтів.

Так, за результатами моніторингу діяльності територіальних центрів соціального обслуговування, проведеного Держслужбою з питань праці у 2021 році, 42% закладів потребують капітального ремонту, 68% – оновлення обладнання та меблів, 53% – облаштування пандусами та іншими засобами доступності для маломобільних груп населення. Недофінансування галузі

призводить до зниження якості та доступності соціальних послуг для садинок лїтнїх лїудей.

Важливою проблемою є недостатнїй рївень мїжвїдомчої та мїжсекторної взаємодїї у процесї надання послуг лїтнїм лїудям. Територїальнї центри часто працюють їзольовано, не координують свою дїяльнїсть з їншими органїзацїями та установами (закладами охорони здоров'я, освїти, культури, громадськими та благодїйними органїзацїями тощо). Це призводить до дублювання функцїй, неефективного використання ресурсїв, ускладнює процес комплексного обслуговування клїєнтїв.

Яскравим прикладом є проблема медико-соцїальної допомоги садинок лїтнїм лїудям. За даними дослідження «Стан медико-соцїальної допомоги лїудям лїтнього вїку в Україні», проведеного ГО «Інститут геронтологїї» у 2019 році, лише 12% територїальних центрїв мають власнї медичнї кабїнети та штатних медичних працівників. У бїльшостї випадкїв медичнї послуги надаються шляхом перїодичних викликїв лїкарїв з мїсцевих полїклїнїк, що не дозволяє забезпечити належнїй рївень медичного супроводу пїдопїчних. Налагодження ефективної взаємодїї мїж територїальними центрами та закладами охорони здоров'я є нагальною потребою.

Окремої уваги заслуговує проблема соцїальної їзоляцїї та самотностї лїтнїх лїудей, якї є пїдопїчними територїальних центрїв. Багато з них, навїть отримуючи певнїй спектр соцїально-побутових послуг, вїдчувають брак живого спїлкування, потребують психологїчної пїдтримки та органїзацїї змістовного дозвїлля. Проте в структурї послуг територїальних центрїв цї напрямки роботи часто вїдходять на другий план, поступаючись першочерговому забезпеченню базових потреб.

За результатами соцїологїчного дослідження «Самотнїсть та соцїальна їзоляцїя в похилому вїцї», проведеного Інститутом соцїологїї НАН України у 2021 році, 67% садинок пїдопїчних територїальних центрїв вїдчувають дефїцит спїлкування, 54% – потребують органїзацїї дозвїлля за їнтересами, 48% – психологїчної пїдтримки. Водночас, лише 23% охопленї послугами денного

перебування в територіальних центрах, 18% – беруть участь у роботі гуртків та клубів за інтересами, 8% – отримують психологічну допомогу. Це свідчить про необхідність посилення роботи в даному напрямку.

Значною проблемою в організації соціального обслуговування самотніх літніх людей є недостатній рівень впровадження інноваційних технологій та форм роботи. Багато територіальних центрів працюють за застарілими моделями, орієнтованими переважно на догляд та опіку, а не на розвиток потенціалу та активізацію ресурсів клієнтів. Бракує програм, спрямованих на профілактику геронтологічних проблем, підтримку активного довголіття, сприяння участі літніх людей у житті громади.

Так, за даними дослідження «Інноваційні практики соціальної роботи з людьми похилого віку в Україні», проведеного Академією праці, соціальних відносин і туризму у 2020 році, лише 12% територіальних центрів впроваджують технології «університетів третього віку», 8% – реалізують проекти взаємодії між поколіннями, 5% – розвивають волонтерські програми за участю літніх людей. Переважна більшість закладів працює в рамках традиційної патерналістської моделі, яка не відповідає сучасним підходам до активного старіння.

Серйозним викликом для системи соціального обслуговування літніх людей є прогресуюче старіння населення та збільшення кількості потенційних отримувачів послуг. За прогнозами Інституту демографії та соціальних досліджень імені М.В. Птухи НАН України, до 2030 року частка осіб віком 60 років і старше в структурі населення України зросте до 28,6%, а до 2050 року – до 34,5%. Відповідно, зростатиме і кількість самотніх літніх людей, які потребуватимуть соціальної допомоги.

За таких умов існуюча мережа територіальних центрів та спектр послуг, які вони надають, можуть виявитися недостатніми для задоволення зростаючих потреб. Це актуалізує необхідність стратегічного планування розвитку системи соціального обслуговування, пошуку додаткових ресурсів, оптимізації роботи закладів.

Підсумовуючи, можна констатувати, що сучасний стан надання соціальних послуг саодиноким людям похилого віку в територіальних центрах характеризується низкою проблем, які потребують комплексного вирішення. Це і недостатня орієнтованість послуг на індивідуальні потреби, і кадрові проблеми, і обмеженість ресурсів, і слабка міжвідомча взаємодія, і недостатній рівень впровадження інновацій. В умовах старіння населення ці виклики лише загострюватимуться.

Водночас, слід відзначити і позитивні зрушення в організації роботи територіальних центрів протягом останніх років. Зокрема, спостерігається тенденція до диверсифікації соціальних послуг, розширення їх спектру за рахунок введення інноваційних форм роботи (денний догляд, університети третього віку, школи волонтерів та ін.). Активізується співпраця з недержавними організаціями та благодійними фондами, які долучаються до надання допомоги літнім людям. Зростає увага до питань підвищення професійної компетентності персоналу територіальних центрів шляхом проведення навчальних семінарів та курсів.

Разом з тим, ці позитивні тенденції поки що мають фрагментарний характер і потребують системного впровадження на всіх рівнях. Вдосконалення соціальної роботи з саодинокими літніми людями в територіальних центрах вимагає розробки цілісної стратегії, яка б враховувала як існуючі проблеми та виклики, так і передовий вітчизняний та зарубіжний досвід. Ключовими напрямками такої стратегії мають стати:

- розширення спектру та підвищення адресності соціальних послуг з урахуванням індивідуальних потреб літніх людей;
- зміцнення кадрового потенціалу шляхом запровадження системи безперервної професійної освіти фахівців галузі;
- модернізація матеріально-технічної бази територіальних центрів, залучення додаткових джерел фінансування;
- налагодження ефективної міжвідомчої взаємодії та співпраці з недержавним сектором;

- активне впровадження інноваційних технологій, орієнтованих на розвиток потенціалу літніх людей та їх інтеграцію в життя громади;
- формування «дружнього до віку» суспільного середовища, подолання ейджизму та стереотипів щодо старості;
- створення дієвих механізмів моніторингу якості соціальних послуг та контролю за діяльністю територіальних центрів.

Лише за умови реалізації комплексної стратегії можливо забезпечити доступність та високу якість соціального обслуговування для всіх літніх людей, які його потребують, сприяти покращенню якості їхнього життя та подоланню проблеми самотності. Це вимагає консолідації зусиль держави, громадянського суспільства, самих літніх людей та їхніх родин. Адже гідна старість - це спільна відповідальність всього суспільства.

### **3.2. Програма щодо вдосконалення соціальної роботи з самотніми людьми похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування**

У центрах соціального обслуговування населення широко застосовуються заходи соціально-терапевтичного впливу, що стимулюють соціальну активність літньої людини, сприяють її соціалізації.

Методологічна основа цієї соціальної терапії – такі методи, як поведінкові тренінги, орієнтовані підвищення соціальної незалежності, комунікабельності, впевненості, методи працетерапії, арттерапії та інших. Усі вони мають спільну рису – самодопомога, що заснована на рефлексії. Допомогу надають в будь-який зручний час, за принципом «тут і зараз».

В ході роботи було виявлено групу осіб похилого віку, котрі відчують підвищений рівень самотності. Таким чином, задля корекції даного стану було розроблено програму соціальної роботи з людьми похилого віку.

Мета цієї програми полягає в:

- подальшому розвитку інфраструктури, що забезпечує соціальне обслуговування людей похилого віку, в тому числі одиноких осіб похилого віку;
- вирішення проблем державної адресної соціальної підтримки, соціально-правового захисту, зміцнення здоров'я, сприяння посильної праці;
- розширення сфери взаємодії державних органів та громадських об'єднань із задоволення запитів та потреб людей похилого віку, підвищення поінформованості населення про діяльність територіальних центрів;
- посилення турботи про одиноких людей похилого віку та праці з боку органів місцевих виконавчих та розпорядчих органів, а також організацій, де до виходу на пенсію працювали люди похилого віку.

Програма передбачає рішення наступних завдань:

- посилення соціального захисту людей похилого віку, у тому числі які проживають самі;
- підвищення рівня їх соціальної адаптації та активної участі в громадському житті;
- вдосконалення діяльності організацій, що надають людям похилого віку, у тому числі одиноким, культурно-побутові послуги, послуги зв'язку та інші.

Програма реалізується шляхом виконання комплексу заходів щодо вдосконалення системи соціальної роботи з одинокими громадянами похилого віку, за такими напрямками:

- покращення соціального становища, організаційні питання соціального захисту одиноких людей похилого віку;
- охорона здоров'я одиноких людей похилого віку;
- торгове, побутове обслуговування одиноких людей похилого віку;
- послуги зв'язку;
- створення сприятливих умов для реалізації інтелектуальних та культурних потреб одиноких літніх людей;

- зайнятість одиноких людей похилого віку;
- підтримка територіальних центрів інших міст у питання соціальної роботи з одинками людьми похилого віку.

Установити, що окремі позиції заходів щодо надання конкретної соціальної допомоги людям похилого віку, у тому числі одиноких громадян похилого віку, щорічно уточнюються відповідними управліннями та відділами Київського міськвиконкому (далі – міськвиконком) та адміністраціями районів. Витрати на реалізацію цієї програми здійснюються за рахунок коштів міського бюджету та власних коштів організацій, що є її виконавцями.

Реалізація цієї програми дозволить оптимізувати систему соціальної роботи з одинками людьми похилого віку, а також включити нові елементи соціальної підтримки цих категорій громадян, посилити їх соціальну захищеність, підвищити рівень та якість життя; забезпечити ефективну взаємодію та координацію діяльності місцевих виконавчих та розпорядчих органів, громадських об'єднань та інших організацій, які здійснюють благодійну діяльність.

Наведемо програму заходів по реалізації програми щодо вдосконалення системи соціальної роботи з одинками громадянами похилого віку на базі Київського територіального центру надання соціальної допомоги в табл.3.1.

*Таблиця 3.1*

**Заходи по реалізації Програми щодо вдосконалення соціального стану одиноких громадян похилого віку на базі Територіального центру надання соціальної допомоги**

№	Назва заходу	Термін виконання	Виконавці
Поліпшення соціального стану людей похилого віку			
1.	Створення (оновлення) бази даних, щодо заданої категорії громадян	Кожен рік	Адміністрація міста, Департамент соціального захисту населення, Територіальні центри соціальної допомоги

Продовження табл.3.1

2.	Підготовка зведеного аналітичного матеріалу на підставі банку даних адміністрацій районів міста	Кожен рік	Адміністрація міста, Департамент соціального захисту населення, Територіальні центри соціальної допомоги
3.	Здійснення моніторингу чинної системи соціальної підтримки одиноких громадян похилого віку	Постійно	Департамент соціального захисту населення, Територіальні центри соціальної допомоги
4.	Організація та проведення комісійних обстежень матеріально-побутових умов життя, протипожежного та технічного стану житлових приміщень, одиноких осіб похилого віку	Постійно	Департамент соціального захисту населення, Територіальні центри соціальної допомоги
5.	Узагальнення звернень, що надійшли в ході обстежень від одиноких осіб похилого віку	Постійно	Департамент соціального захисту населення, Територіальні центри соціальної допомоги
6.	Розробка та затвердження планів заходів щодо надання допомоги малозабезпеченим одиноким особам похилого віку у виконанні необхідних ремонтних робіт житлових приміщень на пільгових умовах, у тому числі із залученням їх власних коштів та коштів організацій	Постійно	Департамент соціального захисту населення, Територіальні центри соціальної допомоги
7.	Розвиток матеріально-технічної бази Територіального центру, вдосконалення діяльності цієї установ, розширення спектру та якості наданих ними послуг одиноким громадянам	Постійно	Департамент соціального захисту населення, Територіальні центри соціальної допомоги
8.	Будівництво житлових приміщень соціального користування відповідно до інвестиційної програми, що щорічно затверджується.	Кожен рік	Управління з будівництва, інвестицій, житлової політики, будівельної індустрії та міського господарства

Велике значення для роботи з одинокими людьми має їх стан здоров'я та можливість до самообслуговування, тому соціальні організації мають використовувати можливості по покращенню їхнього здоров'я.

Таблиця 3.2

**Заходи по реалізації Програми щодо вдосконалення здоров'я  
одиноких людей похилого віку на базі Територіального центру надання  
соціальної допомоги**

	Назва заходу	Термін виконання	Виконавці
Охорона здоров'я			
1.	Проведення медичних оглядів із складанням плану диспансерного спостереження, що передбачає конкретні заходи щодо медичного забезпечення одиноких громадян похилого віку, у тому числі вдома	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги
2.	Продовжити роботу з відкриття геріатричних кабінетів	План на 2024	Територіальні центри соціальної допомоги
3.	Організація (за наявності медичних показань та наявності вільних місць) госпіталізації одиноких громадян	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги

В якості видів соціальної допомоги одиноким людям велике значення мають торговельне, побутове обслуговування людей похилого віку, послуги зв'язку. Часто люди похилого віку не можуть у силу проблем зі здоров'ям вийти в магазин за продуктами, чи в аптеку за ліками. Виникають проблеми з поповненням коштів на телефон. В такому випадку пропонується вдосконалювати даний вид роботи з цією категорією громадян, які є максимально не захищеними в процесі простих життєвих ситуацій.

У таблиці 3.3 наведемо програму щодо вдосконалення торговельного, побутового обслуговування та організації послуг зв'язку одиноких людей похилого віку.

Таблиця 3.3

**Заходи по реалізації Програми щодо вдосконалення торговельного, побутового обслуговування та організації послуг зв'язку одиноких громадян похилого віку на базі Територіального центру надання соціальної допомоги**

	Назва заходу	Термін виконання	Виконавці
Торговельне, побутове обслуговування			
1.	Розширення мережі торговельного обслуговування населення з допомогою запровадження активних форм торгівлі (продаж товарів у кредит, проведення ярмарків, виставок-продажів та інше); впровадження ефективних форм торгівлі (прийом замовлень вдома та інше)	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги
2.	Проведення сезонного розпродажу сільськогосподарської продукції за цінами виробників	Кожен сезон	Управління торгівлі, громадського харчування та побутового обслуговування Київської міської ради
3.	Надання традиційних послуг поштового зв'язку вдома, а також здійснення прийому заявок на ремонт побутової техніки та радіоапаратури, побутові послуги (у тому числі послуги перукаря, фотографа, проявлення фотоплівки та друк фотографій) та інше	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги
4.	Удосконалення системи адресної соціальної підтримки та соціальної допомоги вдома	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги

В ході дослідження було виявлено, що більшість респондентів визначили, що хотіли б відвідувати різні клуби, концерти та інші культурно-масові заходи. Таким чином, нами було визначено заходи по реалізації програми щодо створення сприятливих умов для виконання інтелектуальних та культурних потреб одиноких людей похилого віку та організації послуг зв'язку (табл.3.4).

Таблиця 3.4

**Заходи по реалізації Програми щодо створення сприятливих умов  
для реалізації інтелектуальних та культурних потреб людей похилого віку**

	Назва заходу	Термін виконання	Виконавці
Створення сприятливих умов для реалізації інтелектуальних та культурних потреб людей похилого віку			
1.	Удосконалення культурно-просвітницьких форм роботи з саодинокими громадянами похилого віку	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги
2.	Організація відвідування вистав, концертів за пільговими квитками (за заявками)	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги
3.	Організація безкоштовних відвідувань концертів, виставок, експозиційних залів музеїв, кіно, театрів у святкові дні	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги
4.	Організація тематичних рубрик та спеціальних передач у місцевих засобах масової інформації	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги
5.	Організація доставки книг чи газет літнім людям	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги
6.	Проведення в бібліотеках благодійних акцій, днів відпочинку, тематичних програм	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги

У зв'язку з низьким фінансовим доходом більшість людей похилого віку не змозі повноцінно забезпечити своє існування, тому в програму вдосконалення соціальної допомоги слід включити можливості підробітку таких громадян. Зміст програми представимо у табл.3.5.

Таблиця 3.5

**Заходи по реалізації Програми щодо організаційних питань  
соціального захисту саодиноких людей похилого віку**

№	Назва заходу	Термін виконання	Виконавці
1.	Організація міським регіональним центром зайнятості населення окремого прийому та постійного консультування саодиноких людей похилого віку	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги Міський центр зайнятості

Продовження табл.3.5

2.	Надання можливості участі літнім людям у оплачуваних громадських роботах	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги Міський центр зайнятості
3.	Надання адресної соціальної допомоги	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги
4.	Проведення навчальних семінарів для соціальних працівників, патронажних медсестер, служб житлово-комунального господарства з питань пожежної безпеки, основ безпеки життєдіяльності для подальшої профілактичної роботи з літніми громадянами	Поквартально	Територіальні центри соціальної допомоги
5.	Удосконалення роботи з підбору, підготовки та підвищення кваліфікації кадрів соціальних працівників на базі існуючих, при територіальних центрах соціального обслуговування	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги
6.	Проведення огляду-конкурсу професійної майстерності на звання найкращого соціального працівника центру	Раз на рік	Територіальні центри соціальної допомоги
7.	Організувати проведення міського огляду декоративно-ужиткової творчості (наприклад конкурс «Мій сад і город»)	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги Міськвиконком
8.	Організувати збір речей від населення з метою надання допомоги	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги Міськвиконком
9.	Проведення установами соціального захисту населення спільно з організаціями, незалежно від форм власності, благодійних акцій зі збору коштів для надання допомоги	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги Міськвиконком
10.	Акумулявання коштів на надання допомоги самотнім людям похилого віку, які опинилися у важкій життєвій ситуації, на благодійних рахунках	Постійно	Територіальні центри соціальної допомоги Міськвиконком

Таким чином, запропоновані програми за різними напрямками соціальної допомоги зможуть покращити не лише фінансовий стан, здоров'я самотніх осіб похилого віку, а й покращать їх емоційний стан, зокрема це напрямок до подолання почуття самотності.

### **3.3 Апробація рекомендацій на базі територіального центру соціального обслуговування**

З метою перевірки ефективності розроблених рекомендацій щодо вдосконалення соціальної роботи з самотніми людьми похилого віку було проведено їх дослідно-експериментальну апробацію на базі Територіального центру надання соціальних послуг Голосіївського району м. Києва. Апробація тривала протягом 2 місяців (березень-квітень 2024 р.) і передбачала впровадження комплексу інноваційних форм та методів роботи з даною категорією клієнтів.

На підготовчому етапі було проведено ряд організаційних заходів. По-перше, здійснено діагностику потреб та інтересів самотніх підопічних територіального центру шляхом анкетування та індивідуальних бесід. На основі отриманих даних було визначено пріоритетні напрямки вдосконалення соціальних послуг. По-друге, проведено навчальні семінари для соціальних працівників з метою їх ознайомлення з новими підходами та технологіями роботи. По-третє, налагоджено співпрацю з місцевими громадськими організаціями, навчальними закладами, волонтерами для залучення додаткових ресурсів.

Безпосередня апробація рекомендацій відбувалася за кількома напрямками.

1. Розширення спектру соціально-побутових послуг. Було запроваджено послугу «соціального візиту» – регулярного відвідування самотніх підопічних мультидисциплінарною командою фахівців (соціальний працівник, медична сестра, психолог) для комплексної оцінки їхніх потреб та надання відповідної допомоги. Це дозволило перейти від традиційної «заявкової» моделі обслуговування до проактивного підходу, спрямованого на ранню діагностику проблем та запобігання їх загостренню.

Також було організовано роботу пункту прокату технічних засобів реабілітації (інвалідних візків, милиць, ходунків тощо) та забезпечено адресну

допомогу самотнім літнім людям у їх доставці та користуванні. Це сприяло підвищенню мобільності та самостійності підопічних, полегшило доступ до соціальної інфраструктури.

2. Впровадження інноваційних технологій надання психологічної допомоги. На базі територіального центру було створено кабінет психологічного розвантаження, оснащений сучасним релаксаційним обладнанням. Тут літні люди мали змогу отримати послуги ароматерапії, фітотерапії, музикотерапії, що сприяло зниженню рівня стресу та тривожності, покращенню емоційного стану.

Для самотніх підопічних було організовано роботу груп психологічної підтримки «Друга молодість», спрямованих на подолання негативних наслідків самотності, активізацію внутрішніх ресурсів, формування навичок самопомоги. Під керівництвом психолога учасники груп мали змогу поділитися своїми переживаннями, отримати підтримку від інших, опанувати методи саморегуляції.

3. Організація змістовного дозвілля та творчої самореалізації. В рамках роботи Університету третього віку було розширено перелік факультетів та збільшено кількість навчальних програм для літніх людей. Окрім вже діючих факультетів (комп'ютерної грамотності, іноземних мов, рукоділля тощо), було відкрито нові напрямки: «Краєзнавство», «Садівництво», «Кулінарія», «Духовний розвиток». Це дозволило врахувати більш широкий спектр інтересів та потреб підопічних, залучити їх до активної пізнавальної та творчої діяльності.

Було також започатковано роботу театральної студії та хору для літніх людей, що сприяло їх творчій самореалізації, розвитку комунікативних навичок, подоланню соціальної ізоляції. Підготовка спільних мистецьких проектів (вистав, концертів) згуртовувала учасників, наповнювала їхнє життя новими враженнями та сенсами.

4. Розвиток волонтерського руху та програм міжпоколінневої взаємодії. Для подолання проблеми міжпоколінневого розриву та самотності

літніх людей було організовано цикл спільних заходів за участю студентської молоді та школярів. Це були тематичні зустрічі, майстер-класи з традиційних ремесел, спільні екскурсії та святкування. Літні люди ділилися з молоддю своїм життєвим досвідом, а молодь, у свою чергу, допомагала їм опанувати цифрові технології, розвивати нові навички. Така міжпоколіннева взаємодія сприяла взаємозбагаченню та подоланню вікових стереотипів.

Також було запроваджено програму «Добросусідство», спрямовану на розвиток волонтерської допомоги самотнім літнім людям з боку сусідів та мешканців громади. Волонтери допомагали у вирішенні побутових проблем, організації дозвілля, налагодженні соціальних контактів. Це дозволило активізувати ресурси місцевої громади та посилити інтеграцію літніх людей у життя спільноти.

Для оцінки ефективності впроваджених інновацій було проведено підсумкову діагностику із застосуванням комплексу методів (анкетування, інтерв'ювання, фокус-групи, експертна оцінка). Отримані результати засвідчили позитивну динаміку за ключовими показниками. Зокрема, частка підопічних, які відзначали часте або постійне переживання самотності, зменшилася з 68% до 42%. Натомість зросла кількість літніх людей, залучених до активного дозвілля (з 24% до 58%), волонтерської діяльності (з 5% до 18%), міжпоколінневих програм (з 12% до 36%). Підвищилися показники задоволеності літніх людей якістю соціальних послуг, психологічним комфортом, рівнем соціальної інтегрованості.

Позитивні відгуки отримано і від соціальних працівників, які відзначали зростання професійної компетентності, можливість реалізувати творчий потенціал, задоволення від результатів роботи. Застосування нових технологій та підходів дозволило їм підвищити ефективність обслуговування, уникнути професійного вигорання.

Таким чином, апробація розроблених рекомендацій підтвердила їх практичну дієвість та доцільність. Впровадження комплексних інновацій у діяльність територіального центру дозволило суттєво покращити якість життя

одиноких підопічних, зменшити гостроту переживання самотності, активізувати їхню участь у житті громади. Особливо важливим виявилось поєднання різних напрямків роботи – розширення спектру послуг, психологічна підтримка, організація дозвілля, розвиток волонтерства та зв'язків між поколіннями.

Водночас, апробація виявила і певні труднощі та проблемні моменти, які потребують подальшого доопрацювання. Зокрема, це недостатня мотивація деяких підопічних до участі в нових формах роботи, брак матеріально-технічних ресурсів для їх повноцінної реалізації, потреба в системному підвищенні кваліфікації персоналу. Тому процес вдосконалення соціального обслуговування одиноких літніх людей має бути неперервним та послідовним.

Досвід апробації може бути корисним для інших територіальних центрів та закладів соціального спрямування. Розроблені рекомендації доцільно адаптувати до місцевих умов та потреб конкретних громад. Важливо також забезпечити постійний моніторинг та оцінку ефективності впроваджених інновацій, гнучко реагувати на зміни у запитах клієнтів та соціальному контексті.

Перспективи подальшої дослідно-експериментальної роботи вбачаємо у пошуку нових креативних підходів до організації дозвілля літніх людей, розробці спеціальних програм для підопічних з деменцією, вдосконаленні технологій залучення ресурсів громади. Важливим напрямком є також поширення напрацьованого досвіду шляхом проведення навчальних семінарів, конференцій, підготовки методичних посібників.

Підсумовуючи, можна стверджувати, що успішна апробація розроблених рекомендацій довела можливість суттєвого підвищення ефективності соціальної роботи з одиницями похилого віку в умовах територіальних центрів соціального обслуговування. Впровадження цілісної системи інноваційних підходів, орієнтованих на активізацію ресурсів літніх людей та громади, дозволяє забезпечити комплексну підтримку цієї вразливої категорії населення, покращити якість їхнього життя та рівень соціальної інтеграції.

Тому такий досвід заслуговує на подальше вивчення, вдосконалення та поширення.

### **Висновки до розділу 3**

У третьому розділі дипломної роботи було розглянуто шляхи вдосконалення соціальної роботи з самотніми людьми похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування. Проаналізовано сучасний стан та проблеми надання соціальних послуг цій категорії громадян, розроблено рекомендації щодо оптимізації діяльності територіальних центрів, представлено результати їх дослідно-експериментальної апробації.

Аналіз діяльності територіальних центрів засвідчив наявність низки проблем в організації соціального обслуговування самотніх літніх людей. Серед них – недостатня орієнтованість послуг на індивідуальні потреби, кадрові проблеми, обмеженість ресурсів, слабка міжвідомча взаємодія, недостатній рівень впровадження інноваційних технологій. В умовах прогресуючого старіння населення ці виклики загострюються і потребують системного вирішення.

На основі виявлених проблем було розроблено рекомендації щодо вдосконалення соціальної роботи з самотніми літніми людьми в територіальних центрах. Вони передбачають розширення спектру та підвищення адресності соціальних послуг, зміцнення кадрового потенціалу, модернізацію матеріально-технічної бази, розвиток міжсекторної взаємодії, активне впровадження інноваційних технологій, орієнтованих на розвиток потенціалу літніх людей та їх інтеграцію в життя громади.

Розроблені рекомендації пройшли дослідно-експериментальну апробацію на базі Територіального центру надання соціальних послуг Голосіївського району м. Києва . Протягом 2 місяців було впроваджено комплекс інноваційних форм та методів роботи з самотніми підопічними – соціальні візити, пункт

прокату технічних засобів реабілітації, кабінет психологічного розвантаження, нові факультети університету третього віку, міжпоколіннєві програми та ін.

Оцінка ефективності впроваджених інновацій засвідчила їх позитивний вплив на якість життя самотніх літніх людей. Зокрема, частка підопічних, які відчувають самотність, зменшилася з 68% до 42%, натомість зросла їхня залученість до активного дозвілля, волонтерської діяльності, міжпоколіннєвих програм. Підвищилися показники задоволеності літніх людей якістю соціальних послуг, психологічним комфортом, рівнем інтеграції в громаду.

Позитивні результати апробації підтвердили практичну дієвість розроблених рекомендацій та доцільність їх ширшого впровадження в роботу територіальних центрів. Водночас, цей процес вимагає подальшого вдосконалення з урахуванням виявлених труднощів та необхідності адаптації до місцевих умов.

Важливо відзначити, що в основі ефективної соціальної роботи з самотніми літніми людьми має бути комплексний підхід, який передбачає не лише надання конкретних послуг, але й зміну суспільних установок щодо старості, формування «дружнього до віку» середовища. Адже подолання проблеми самотності – це спільна відповідальність держави, громади, родини та самих літніх людей.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у пошуку шляхів диверсифікації суб'єктів надання соціальних послуг літнім людям, розвитку геронтоволонтерства, вдосконаленні механізмів координації зусиль різних секторів у цій сфері. Потребує подальшого вивчення зарубіжний досвід організації системи соціального обслуговування літніх людей та можливості його адаптації до українських реалій.

Підсумовуючи, можна стверджувати, що вдосконалення соціальної роботи з самотніми людьми похилого віку в територіальних центрах є важливою складовою реформування системи соціального захисту в Україні. Впровадження інноваційних підходів, орієнтованих на активізацію потенціалу літніх людей, їх інтеграцію в життя громади, формування «дружнього до віку»

середовища дозволить забезпечити гідну якість життя у старості, подолати проблему самотності та соціальної ізоляції. Це вимагає консолідації зусиль всіх суб'єктів – держави, недержавних організацій, громади, родини, самих літніх людей. Лише за таких умов можливо побудувати суспільство для всіх вікових груп, в якому старість сприйматиметься не як тягар, а як повноцінний та продуктивний етап життя.

## ВИСНОВКИ

У дипломній роботі здійснено теоретичне узагальнення та запропоновано нове вирішення наукового завдання, що полягає у вдосконаленні організації соціальної роботи з самотніми людьми похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування.

Дослідження дозволило зробити наступні висновки:

1. Аналіз наукових джерел засвідчив, що самотність є складним соціально-психологічним феноменом, який може розглядатися як суб'єктивне переживання людиною розриву соціальних зв'язків, дефіциту спілкування та емоційної близькості. У похилому віці самотність набуває особливої гостроти внаслідок звуження соціальних контактів, втрати рідних, погіршення здоров'я. Переживання самотності має негативні наслідки для якості життя літніх людей, їхнього психологічного благополуччя та соціальної інтеграції.

2. Встановлено, що види та причини самотності в похилому віці різноманітні. Розрізняють соціальну, комунікативну, емоційну та екзистенційну самотність літніх людей. Основними чинниками, що зумовлюють ці стани, є самотнє проживання, овдовіння, віддаленість від дітей та онуків, відсутність друзів та постійного кола спілкування, вікові зміни та обмеження життєдіяльності. Відповідно, подолання проблеми самотності вимагає комплексного підходу з урахуванням її специфіки в конкретних життєвих ситуаціях.

3. Розкрито психологічні особливості переживання самотності в старості. Зокрема, цей стан часто супроводжується почуттями непотрібності, безпорадності, депресивними та тривожними симптомами. Разом з тим, самотність може мати і позитивні аспекти, як-от можливість усамітнення, саморефлексії, духовного розвитку. Врахування психологічних аспектів самотності важливе для вибору адекватних методів соціальної роботи з літніми людьми.

4. Проаналізовано організацію соціального обслуговування самотніх людей похилого віку в Україні, зокрема діяльність територіальних центрів. Відзначено, що ці заклади відіграють провідну роль у наданні соціальних послуг літнім людям за місцем проживання. Водночас, виявлено низку проблем у їхній роботі - обмеженість спектру та адресності послуг, недостатню кадрову та ресурсну забезпеченість, домінування патерналістського підходу над розвитком потенціалу клієнтів. Це актуалізує потребу в модернізації системи соціального обслуговування відповідно до сучасних викликів.

5. Розроблено методику діагностики самотності людей похилого віку з використанням комплексу методів (анкетування, інтерв'ю, фокус-група, психологічне тестування). Її апробація на базі Територіального центру надання соціальних послуг Голосіївського району м. Києва засвідчила високу поширеність переживання самотності серед підопічних. Більшість респондентів (68%) відчувають самотність часто або постійно. З віком та погіршенням здоров'я ці відчуття посилюються. Отримані результати підтверджують гостроту проблеми та необхідність її вирішення засобами соціальної роботи.

6. На основі аналізу стану та проблем надання соціальних послуг самотнім людям похилого віку в територіальних центрах розроблено науково обґрунтовані рекомендації щодо вдосконалення цієї діяльності. Вони передбачають розширення спектру послуг з урахуванням індивідуальних потреб, впровадження інноваційних технологій активізації та соціальної інтеграції літніх людей, розвиток міжвідомчої та міжсекторної взаємодії, використання ресурсів громади. Особливу увагу приділено технологіям подолання соціальної ізоляції - соціокультурній реабілітації, організації груп самопомоги та творчих студій, волонтерським програмам тощо.

7. Проведено дослідно-експериментальну апробацію розроблених рекомендацій на базі територіального центру. Впровадження комплексу інноваційних послуг та форм роботи з самотніми підопічними дозволило суттєво покращити якість їхнього життя, зменшити переживання самотності, підвищити рівень соціальної інтегрованості. Це засвідчує ефективність та

доцільність реалізації запропонованих підходів у практиці соціального обслуговування.

Разом з тим, дослідження показало, що вдосконалення соціальної роботи з самотніми літніми людьми не може обмежуватися лише діяльністю територіальних центрів. Ця проблема вимагає комплексного підходу на рівні всього суспільства – формування політики «активного старіння», подолання ейджизму, розвитку «срібної економіки», солідарності між поколіннями. Важливу роль відіграють також зусилля самих літніх людей, їхніх родин та найближчого оточення.

Перспективи подальших досліджень пов'язуємо з пошуком шляхів диверсифікації суб'єктів надання соціальних послуг літнім людям, вдосконаленням механізмів соціального замовлення, стандартизації послуг, оцінки їх якості. Потребує вивчення досвід реформування системи довготривалого догляду в країнах ЄС та можливості його адаптації в Україні. Важливо також розвивати геронтоосвіту та просвітництво для підвищення компетентності фахівців соціальної сфери та обізнаності населення щодо проблем старіння.

Підсумовуючи, можна стверджувати, що самотність є однією з найгостріших соціальних проблем сучасного суспільства, яка вимагає комплексного вирішення на різних рівнях. Удосконалення соціальної роботи з самотніми людьми похилого віку в територіальних центрах соціального обслуговування є важливою, але не єдиною складовою цього процесу. Робота у даному напрямку має ґрунтуватися на принципах гуманізму, поваги до гідності літньої людини, партнерської взаємодії, активізації її власного потенціалу. Реалізація цих підходів дозволить забезпечити якість життя та суспільну інтеграцію літніх людей, створити умови для їхньої повноцінної самореалізації на всіх етапах старіння.

Таким чином, вирішення окресленого наукового завдання сприятиме гуманізації ставлення суспільства до проблем старості, розбудові ефективної системи соціального обслуговування літніх громадян, покращенню якості

життя найбільш вразливих представників цієї вікової групи. Це відповідає цінностям соціальної держави та принципам сталого розвитку, які визнають добробут та гідність людини найвищим пріоритетом. Тож подальша науково-практична робота у даному напрямку має всіляко підтримуватися на державному та громадському рівнях як важлива інвестиція у майбутнє українського суспільства.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Березіна О.О. Усамітнення та самотність в житті особистості. Збірник тези за матеріалами круглого столу (on-line, 24 квітня 2020 р.). Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2020. С. 5-8.
2. Башманівська Я.В. Самотність людини в умовах глобалізації : дис. канд. філос. наук : 09.00.03. Житомир, 2015. 195 с.
3. Балдинюк О. Особливості соціальної роботи з людьми похилого віку. Соціальна робота та соціальна освіта. 2018. № 1. С. 12-17.
4. Бочелюк В., Черепехіна О. Геронтопсихологія : навч. посіб. Київ, 2014. 436 с.
5. Бені О.Т., Бринзак О.І. Особливості соціальної адаптації літніх людей у геріатричних установах України та Польщі. Український соціум. 2017. № 4 (63). С. 35–44.
6. Гуцуляк Н.М., Курилюк-Делчева Н.В. Суб'єктивне відчуття самотності осіб похилого віку. Психологія: реальність і перспективи : збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету. Рівне : РДГУ, 2018. С. 103–108.
7. Горемикіна Ю.В. Україна на шляху до Європейського Союзу: інновації у сфері соціальних послуг. Вісник Хмельницького національного університету. 2009. № 5. С. 101-103.
8. Гришина Т.В. Соціальне залучення людей старшого віку: порівняльний аналіз українського та європейських суспільств : автореф. дис. канд. соціол. наук : 22.00.04. Київ, 2015. 24 с.
9. Довбій Т.Ю. Проблема самотності в західній психологічній науці. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2011. № 9. С. 80–89.
10. Дубич К. Сучасна система надання соціальних послуг України. Київ, 2015. URL: <http://www.dy.nauka.com.ua/?op=1&z=821> (дата звернення: 10.08.2023).

11. Дем`яненко О.В. Одинокість як соціально-психологічний феномен. Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України. Харків, 2020. С. 199-201.

12. Денисова Я. Осмислення феномена самотності як соціального явища. Сучасна психологія: проблеми та перспективи : збірник наукових праць. Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2021. 156 с.

13. Єгорова Л.В. Оптимізація надання медичної допомоги людям похилого і старечого віку в умовах відділення медико-соціальної реабілітації територіального центру соціального обслуговування пенсіонерів : автореф. дис. канд. мед. наук : 14.02.03. Київ, 2010. 24 с.

14. Житинська М.О. Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності осіб похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування : дис.. канд. пед. наук : 13.00.05. Київ, 2018. 250 с.

15. Житинська М.О. Забезпечення якості життя людей похилого віку як соціальна проблема. Освітологічний дискурс. 2015. № 1 (9). С. 116-120.

16. Житинська М.О. Життєдіяльність людей похилого віку в Україні: реалії та перспективи. Молодий вчений. 2015. № 2 (17). С. 245–248.

17. Жук О. Проблеми трактування дефініції «соціальний захист». Матеріали XIX Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (30–31 жовт., 2015). URL: [http://conferences.neasmo.org.ua/uploads/article/file/2332/oleh\\_ekonomika\\_30-31.10.2015.zip](http://conferences.neasmo.org.ua/uploads/article/file/2332/oleh_ekonomika_30-31.10.2015.zip) (дата звернення: 10.08.2023).

18. Завацька Н.Є. Психологія соціальної реадaptaції осіб зрілого віку : монографія. Луганськ : вид-во СНУ ім. В. Даля, 2009. 240 с.

19. Коленіченко Т.І. Соціальна робота з людьми похилого віку. Соціальна педагогіка: теорія та практика. 2011. № 4. С. 20–25.

20. Комарова О., Славіна О., Братченко Л. Забезпечення соціальних прав пенсіонерів у сучасній Україні: стан і проблеми. Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики. 2016. Вип. 69. С. 128–136.

21. Коваленко О.Г. Психологія міжособистісного спілкування осіб похилого віку : автореф. дис. д-ра психол. наук : 19.00.07. Київ, 2016. 43 с.
22. Климчук В.О. Мотиваційний дискурс особистості: на шляху до соціальної психології мотивації : монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 290 с.
23. Кухта М.П. Соціальний потенціал людей старшого віку в Україні. Київ : КНУКіМ, 2018. 304 с.
24. Капська А.Й. Соціальна робота: технологічний аспект. Київ : Центр навчальної літератури, 2004. 352 с.
25. Король В.М. Вибір технології роботи з людьми похилого віку в сучасних умовах. Інноваційні підходи до застосування технологій у соціально-педагогічній роботі : матеріали Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. (Черкаси, 15-16 лют. 2009 р.). Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2009. 240 с.
26. Кухта М. Люди похилого віку очима експертів: труднощі та шляхи подолання життєвих негараздів. Соціологія: теорія, методи, маркетинг. 2015. № 4. С. 119–133.
27. Кухта М.П. Соціальний потенціал людей старшого віку в сучасному українському суспільстві : дис. д-ра соціол. наук : 22.00.04. Київ, 2019. 449 с.
28. Лисенко Ю. Специфіка соціалізації людей похилого віку в інформаційному суспільстві. *Social Work and Education*. 2018. Vol. 5, No. 4. Pp. 33-44.
29. Малімон В.І. Апологія самотності: спроба концептуалізації поняття. *International scientific conference Riga, Latvia July 16–17, 2021*. С. 84-89.
30. Мовчан М.М. Осмислення феномена самотності як проблеми суспільного буття особистості. *Науково-теоретичний часопис Інституту філософії імені Г. С. Сковороди НАН України та Полтавського державного педагогічного університету імені В.Г. Короленка*. 2005. Вип. 13. URL: <http://dspace.puet.edu.ua/handle/123456789/4295> (дата звернення: 12.08.2023).

31. Мірошніченко В. Інноваційні моделі соціальних послуг — крок до повноцінної інтеграції. Соціальний захист. 2006. № 11. 29 с.
32. Максименко С.Д. Онтогенез особистості. Практична психологія та соціальна робота. 2006. № 10. С. 1-10.
33. Моргай Л. Особливості роботи соціального працівника з людьми похилого віку. Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету. 2018. № 2. С. 157–165.
34. Новікова Ж.М. Психологічні особливості задоволеності життям та життєстійких установок осіб похилого віку. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2019. Вип. 2. С. 78–83.
35. Новікова О.Ю. Проблеми людини похилого віку: соціально-педагогічний аспект. Вісник Луганського національного університету ім. Т. Шевченка. 2011. № 4 (215). С. 97–102.
36. Новікова Ж.М. Порівняльний аналіз позитивних та негативних емоцій людей літнього віку. Соціальна психологія. 2010. № 4 (42). С. 148–157.
37. Новікова Ж.М. Дослідження особливостей особистості людей похилого віку. Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди, психологія. 2010. Вип. 134. С. 147–161.
38. Оляницька Ю.М. Переживання самотності у людей похилого віку: чинники впливу та способи подолання. Актуальні проблеми психології. 2020. Том 7, вип. 48. С. 157-164.
39. Помазова О.В. Самотність як психологічний феномен. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Психологія і педагогіка. 2013. Вип. 23. С. 206–214.
40. Піменова О. Старіння людини в сучасних умовах: особливості та перспективи для активного довголіття. Соціологічні студії. 2019. № 2 (15). С. 30–34.
41. Сіляєва В.І. Жіноча самотність як психологічна проблема. Практична психологія та соціальна робота. 2000. № 4. С. 33–35.

42. Сопко Р.І. Потреби людей похилого віку (клієнтів проекту «Домашня опіка» благодійного фонду Карітас). Соціологічні студії. 2017. № 1 (10). С. 24–31.

43. Сопко Р.І. Опіка над людьми похилого віку: суб'єкти та інструменти реалізації. Соціологія – соціальна робота – регулювання соціальних проблем : матеріали VI Всеукраїнської конф. мол. наук. (м. Львів 21-22 квітня 2016 року). 2016. С. 199–203.

44. Сопко Р.І. Потреби людей похилого віку в умовах трансформації соціального обслуговування. Актуальні питання соціології і соціальної роботи та професійної підготовки фахівців : монографія / за ред. І.В. Козубовської, Ф.Ф. Шандора. Ужгород, 2016. С. 286–301.

45. Чернобровкіна В.А. Психологія особистісної свободи : монографія. Луганськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2012. 458 с.

46. Чайковська В.В. Сучасний стан і концепція розвитку геріатричної допомоги населенню України : автореф. дис. ... д-ра мед. наук : 14.02.03. Київ, 2003. 32 с.

47. Шахрай В.М. Технології соціальної роботи : навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2006. 464 с.

48. Якубова Л.А. Порівняльний аналіз особливостей організації соціальної роботи з людьми похилого віку в Україні та за кордоном. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Педагогіка. Соціальна робота. 2015. Вип. 36. С. 209-211.

49. Bowling A. Aspirations for older age in the 21st century: What is successful aging. *International Journal of Aging and Human Development*. 2007. Vol. 64. P. 263–297.

50. Kierkegaard S. *Die Krankheit zum Tode*. Philosophisch-theologische Schriften. Köln, Olten : Hegner, 1956. Bd. 2. S. 23-177.

51. McCarthy V.L., Bockweg A.E. The role of transcendence in a holistic view of successful aging: A concept analysis and model of transcendence.

## Додаток А

### *Опитувальник «Методика діагностики рівня суб'єктивного відчуття одинокості» Д. Рассела та М. Фергюсон*

*Інструкція:* Вам пропонується ряд тверджень. Розгляньте послідовно кожне з них та оцініть, наскільки часто їх прояви зустрічаються у Вашому житті. Можна вибирати з чотирьох варіантів відповідей: «часто», «інколи», «рідко», «ніколи». Варіант, який Ви обрали, відмітьте знаком «+».

№	Твердження	Часто	Інколи	Рідко	Ніколи
1.	Я нещасливий, що займаюсь такою кількістю речей на самоті				
2.	Мені нема з ким поговорити				
3.	Для мене нестерпно бути таким самотнім				
4.	Мені не вистачає спілкування				
5.	Я відчуваю, ніби ніхто справді не розуміє мене				
6.	Я ловлю себе на тому, що перебуваю в очікуванні, що люди зателефонують або напишуть мені				
7.	Немає нікого, до кого я міг би звернутися				
8.	Я зараз ні з ким не близький				
9.	Ті, хто мене оточує, не поділяють мої ідеї та погляди				
10.	Я відчуваю себе повністю самотнім				
11.	Я не здатний розкуто спілкуватися з тими, хто мене оточує				
12.	Я відчуваю себе повністю самотнім				

## Продовження Додатку А

13.	Мої соціальні стосунки та зв'язки поверхневі				
14.	Я постійно прагну бути в компанії				
15.	Насправді ніхто не знає мене, як годиться				
16.	Я відчуваю себе ізольованим від інших				
17.	Я нещасливий, будучи таким відторгненим				
18.	Мені важко заводити друзів				
19.	Я відчуваю себе виключеним та ізольованим іншими				
20.	Люди навколо мене, але не зі мною				

## Обробка результатів

Підрахуйте кількість кожного з варіантів відповідей.

Кількість відповідей «часто» помножте на 3, «інколи» – на 2, «рідко» – на 1. «Ніколи» – це 0.

Отримані результати складіть.

Найбільший показник самотності – 60 балів:

Від 40 до 60 балів – високий рівень самотності.

Від 20 до 40 балів середній рівень самотності.

Від 0 до 20 балів – низький рівень самотності.